МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ФИТНЕСА

1. Цель освоения дисциплины

Формирование профессиональных компетенций в области преподавания фитнесса.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Методика преподавания фитнеса» относится к базовой части блока дисциплин. Для освоения дисциплины «Методика преподавания фитнеса» обучающиеся используют знания, умения, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Биомеханика», «История физической культуры и спорта», «Методика преподавания гимнастики», «Методика преподавания легкой атлетики», «Методика преподавания плавания», «Методика преподавания спортивного ориентирования», «Методика преподавания спортивных игр», «Методика преподавания футбола и подвижных игр», «Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте», «Педагогика», «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование», «Психология», «Спортивная метрология», прохождения практик «Производственная (исследовательская)», «Производственная (психолого-педагогическая)», «Производственная (тьюторская)», «Производственная практика (педагогическая) (адаптационная)», «Учебная (научно-исследовательская) практика», «Учебная практика (по получению первичных профессиональных умений и навыков)».
Освоение данной дисциплины является необходимой основой для последующего изучения дисциплины «Теория и методика физической культуры и спорта», прохождения практик «Производственная (педагогическая) практика по безопасности жизнедеятельности», «Производственная (педагогическая) практика по физической культуре».

3. Планируемые результаты обучения

В результате освоения дисциплины выпускник должен обладать следующими компетенциями:
– способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний (ОПК-8);
– способен проектировать индивидуальные образовательные маршруты обучающихся по преподаваемым учебным предметам (ПК-9).

В результате изучения дисциплины обучающийся должен:

знать
– основы правильного питания, принципы, средства фитнес-тренировки, этапы обучения в фитнесе, методы и методические приемы обучения фитнес-упражнениям, структуру построения занятия;

уметь
– осуществлять самоконтроль при занятиях фитнесом;

владеть
– критериями и методами фитнес-тестирвоания, методикой обучения фитнес-упражнениям.

4. Общая трудоёмкость дисциплины и её распределение

количество зачётных единиц – 2,
общая трудоёмкость дисциплины в часах – 72 ч. (в т. ч. аудиторных часов – 28 ч., СРС – 40 ч.),

распределение по семестрам – 7,
форма и место отчётности – аттестация с оценкой (7 семестр).

5. Краткое содержание дисциплины

Теоретико-методические основы преподавания фитнеса.
Теория и методика фитнеса

6. Разработчик

Н.В. Петрученя канд. пед. наук, доцент кафедры теории и методики обчения физичсекой культуре и безопасности жизнедеятельности ФГБОУ ВО "ВГСПУ".