

**Аннотация рабочей программы дисциплины
Б1.В.ДВ.03.02 Фитнес-технологии в спорте**

Цель изучения дисциплины	<p>Воспитательными целями являются гармоничное развитие личности студентов, формирование социально-активного отношения студентов к деятельности тренера избранного вида спорта. Целостное выполнение профессиональных функций тренера избранного вида спорта на основе глубоких знаний и владения профессиональными компетенциям..</p> <p>Целями освоения дисциплины является формирование профессионально-педагогических компетенций у студентов, обучающихся по направлению 49.03.01 «Физическая культура», квалификация «Бакалавр физической культуры» в области педагогической, тренерской, рекреационной, организационно-управленческой, научно-исследовательской, культурно-просветительской деятельности.</p>
Место дисциплины в учебном плане	Б1.В.ДВ.03.02
Формируемые компетенции	ОПК-3, ОПК-5, ПК-14, ПК-15
Знания, умения и навыки, получаемые в результате освоения дисциплины	<p>В результате изучения дисциплины студент должен:</p> <p>Знать: сущность и значимость своей профессии; историю, теорию и методику и технологии; организационно-методические основы фитнеса, санитарно-гигиенические основы занятий фитнесом, способы взаимодействия тренера с различными субъектами образовательного процесса, методы педагогического, психологического и медико-биологического контроля состояния занимающихся, причины возникновения травматизма на занятиях фитнесом, принципы и методы организации и проведения занятий с различным контингентом населения, принципы и методики обучения движениям, занятия фитнесом с целью рекреации.</p> <p>Уметь: определять общие и конкретные цели и задачи в сфере фитнеса, планировать и проводить различные формы занятий с учетом особенностей занимающихся, использовать профессиональную лексику, применять средства и методы тренировки адекватные задачам, особенностям и уровню подготовки занимающихся, применять инвентарь и технические средства для повышения эффективности занятий, определять физическое, функциональное, психоэмоциональное состояние, исправлять технические ошибки и корректировать процесс занятий, оказывать первую доврачебную помощь, формировать мотивацию к занятиям фитнесом, организовывать и проводить спортивно-массовые мероприятия, научные исследования в сфере фитнеса.</p> <p>Владеть: умениями и навыками психофизического совершенствования средствами фитнеса, средствами коммуникаций в профессиональной деятельности, техникой выполнения базовых движений в разных направлениях фитнеса, способами нормирования и контроля тренировочных нагрузок, навыками использования специального инвентаря и аппаратуры, приемами показа и объяснения, приемами мотивации, установления контактов и психологической атмосферы на занятиях фитнесом, способами совершенствования профессиональных знаний, методами проведения исследований, приемами агитационно-пропагандистской работы.</p>
Содержание	1 Определение основных понятий. Основы классической (базовой)

дисциплины	аэробики 2 Характеристика фитнес- технологий Применение фитнес-технологий в спортивной подготовке 3 Тестирование в фитнес-аэробике. Методики построения и проведения занятий фитнесом с различными группами населения.
Формы промежуточной аттестации	зачет