Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Кислова Наталья Николаевна
Должность: Проректор по УМР и качеству образования
Дата подписания: 27.0[illegible]
Уникальный программный ключ:
52802513f5b14a975b3e9b13008093d5726b159bf6064f865ae65b96a966c035

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«Самарский государственный социально-педагогический университет»

Кафедра физического воспитания и спорта

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по УМР и КО,
председатель УМС СГСПУ
_____Н.Н. Кислова

Теория и методика фитнес-аэробики

рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Физического воспитания и спорта**

Учебный план ФФКС-623Фз(4г6м)
Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура
Направленность (профиль): «Спортивная тренировка в избранном виде спорта»

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **заочная**

Общая трудоемкость **9 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 324
в том числе:
аудиторные занятия 42
самостоятельная работа 265
часов на контроль 17

Виды контроля в семестрах:
экзамены 5
зачеты 3
зачеты с оценкой 1
курсовые работы 5

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр(Курс. Номер семестра на курсе)	**1(1.1)**		**3(2.1)**		**5(3.1)**		Итого	
Вид занятий	УП	РПД	УП	РПД	УП	РПД	УП	РПД
Лекции	4	4	2	2	6	6	12	12
Консультации	0	0	0	0	4	4	4	4
Практические	8	8	6	6	12	12	26	26
В том числе инт.	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого ауд.	12	12	8	8	22	22	42	42
Контактная работа	12	12	8	8	22	22	42	42
Сам. работа	92	92	60	60	113	113	265	265
Часы на контроль	4	4	4	4	9	9	17	17
Итого	108	108	72	72	144	144	324	324

Программу составил(и):

Богомолова Елена Александровна

При наличии обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья, которым необходим особый порядок освоения дисциплины (модуля), по их желанию разрабатывается адаптированная к ограничениям их здоровья рабочая программа дисциплины (модуля).

Рабочая программа дисциплины

Теория и методика фитнес-аэробики

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (уровень бакалавриата) (приказ Минобрнауки России от 19.09.2017г. №940)

составлена на основании учебного плана:

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура
Направленность (профиль): «Спортивная тренировка в избранном виде спорта»

утвержденного Учёным советом СГСПУ от 28.10.2022 протокол № 4.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Физического воспитания и спорта

Протокол от 27.09.2022 г. № 2

Зав. кафедрой Воеводина Т.М

Начальник УОП

 _____ Н.А. Доманина

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Цель изучения дисциплины: установление качества и уровня подготовки выпускников к педагогической деятельности и соответствия его подготовки требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура.

Задачи изучения дисциплины:

способствовать социализации, формированию общей культуры личности обучающихся средствами физической культуры в процессе физкультурно-спортивных занятий, ее приобщению к общечеловеческим ценностям и здоровому образу жизни;

решать педагогические задачи в рамках общеобразовательных и профессиональных образовательных организаций, ориентированные на анализ научной и научно-практической литературы, обобщение практики в области физической культуры и образования;

осуществлять обучение и воспитание обучающихся в процессе занятий;

определять содержание обучения в рамках учебных планов, с учетом результатов оценивания физического и функционального состояния учащихся; обеспечивать уровень подготовленности обучающихся, соответствующий требованиям федеральных государственных образовательных стандартов, обеспечивать необходимый запас знаний, двигательных умений и навыков, а также достаточный уровень физической подготовленности учащихся для сохранения и укрепления их здоровья и трудовой деятельности;

участвовать в деятельности методических комиссий и в других формах методической работы; осуществлять сотрудничество с обучающимися, педагогами, родителями (лицами, их заменяющими).

Область профессиональной деятельности: 05 Физическая культура и спорт

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:	Б1.В.ДВ.03
2.1	**Требования к предварительной подготовке обучающегося:**
Содержание дисциплины базируется на материале:	
История физической культуры и спорта	
2.2	**Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:**
Учебная практика по теории и методике избранного вида спорта	
Технологии спортивной тренировки в фитнес-аэробике	
Профессионально-спортивное совершенствование в фитнес-аэробике	

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

ПК-2. Способен осуществлять тренировочный процесс спортивной подготовки

ПК-2.2. Осуществляет процесс спортивной тренировки и контроль его эффективности.

Знает:
историю развития и современное состояние фитнес-аэробики;
методики обучения технике (упражнений) в фитнес-аэробике;
целевые зоны пульса.

ПК-3. Способен использовать в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся.

ПК-3.1 Выбирает обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся

Знает:
структуру построения занятий, формы и способы планирования;
средства и методы подготовки в фитнес-аэробике;
терминологию, классификацию и общую характеристику средств в фитнес-аэробике.

ПК-3.2 Использует в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся

Умеет:
определять задачи учебно-тренировочного занятия по фитнес-аэробике;
подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по фитнес-аэробике;
планировать части учебно-тренировочного занятия по фитнес-аэробике.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр	Часов	Интеракт.
	Раздел 1. Основы теории фитнес-аэробики			
1.1	История развития фитнес-аэробики. Структура построения занятий, формы и способы планирования /Лек/	1	2	0
1.2	История развития фитнес-аэробики /Ср/	1	18	0
1.3	Структура построения занятий, формы и способы планирования /Ср/	1	14	0
1.4	Средства и методы подготовки в фитнес-аэробике /Лек/	1	2	0
1.5	Средства и методы подготовки в фитнес-аэробике /Ср/	1	14	0
	Раздел 2. Основы методики в фитнес-аэробике			
2.1	Классификация и общая характеристика средств фитнес-аэробики /Пр/	1	2	0

2.2	Классификация и общая характеристика средств фитнес-аэробики /Ср/	1	14	0
2.3	Терминология базовых движений /Пр/	1	2	0
2.4	Терминология базовых движений /Ср/	1	16	0
2.5	Методика обучения технике упражнений в фитнес-аэробике /Пр/	1	4	0
2.6	Методика обучения технике упражнений в фитнес-аэробике /Ср/	1	16	0
	Зачет с оценкой /ЗачетСОц/	1	4	0
	Раздел 3. Теоретические основы учебно-методического сопровождения тренировочного процесса в фитнес-аэробике			
3.1	Планирование тренировочного процесса /Лек/	3	2	0
3.2	Планирование тренировочного занятия. Задачи тренировочного занятия по фитнес-аэробике. Средства тренировочного занятия по фитнес-аэробике /Пр/	3	2	0
3.3	Планирование тренировочного занятия. Задачи тренировочного занятия по фитнес-аэробике /Ср/	3	15	
3.4	Планирование тренировочного занятия. Средства тренировочного занятия по фитнес-аэробике /Ср/	3	15	0
3.5	Планирование тренировочного занятия. Методы тренировочного занятия по фитнес-аэробике /Пр/	3	2	0
3.6	Планирование тренировочного занятия. Методы тренировочного занятия по фитнес-аэробике /Ср/	3	15	0
3.7	Планирование части тренировочного занятия по фитнес-аэробике /Пр/	3	2	0
3.8	Планирование части тренировочного занятия по фитнес-аэробике /Ср/	3	15	0
	Зачет /Зачет/	3	4	0
	Раздел 4. Методика обучения в фитнес-аэробике			
4.1	Методика обучения упражнений, применяемых в подготовительной части тренировочного занятия фитнес-аэробики /Лек/	5	2	0
4.4	Методика обучения упражнений, применяемых в подготовительной части тренировочного занятия фитнес-аэробики /Пр/	5	4	2
4.7	Методика обучения упражнений, применяемых в подготовительной части тренировочного занятия фитнес-аэробики /Ср/	5	38	2
4.2	Методика обучения упражнений, применяемых в основной части тренировочного занятия фитнес-аэробики /Лек/	5	2	2
4.5	Методика обучения упражнений, применяемых в основной части тренировочного занятия фитнес-аэробики /Пр/	5	4	0
4.8	Методика обучения упражнений, применяемых в основной части тренировочного занятия фитнес-аэробики /Ср/	5	39	2
4.3	Методика обучения упражнений, применяемых в заключительной части тренировочного занятия фитнес-аэробики /Лек/	5	2	0
4.6	Методика обучения упражнений, применяемых в заключительной части тренировочного занятия фитнес-аэробики /Пр/	5	4	2
4.9	Методика обучения упражнений, применяемых в заключительной части тренировочного занятия фитнес-аэробики /Ср/	5	36	2
	Консультация /Конс/	5	4	0
	Экзамен /Экз/	5	9	0

5. Оценочные и методические материалы по дисциплине (модулю)

5.1. Содержание аудиторной работы по дисциплине (модулю)

1 семестр, 2 лекции, 4 практических занятия

Раздел 1. Основы теории фитнес-аэробики

Лекция № 1 (2 часа)

История развития фитнес-аэробики. Структура построения занятий, формы и способы планирования

Вопросы и задания:

1.История развития фитнес-аэробики в России.

2.Современное состояние фитнес-аэробики в России.

3.Современное состояние фитнес-аэробики в Самаре и Самарской области.

4.Структура построения занятия по фитнес-аэробике

5. Планирование занятия по фитнес-аэробике.

Лекция № 2 (2 часа)

Средства и методы подготовки в фитнес-аэробике

Вопросы и задания:

1.Средства фитнес-аэробики;

2.Методы, применяемые в фитнес-аэробике.

Раздел 2. Основы методики в фитнес-аэробике

Практическое занятие № 1 (2 часа)

Классификация и общая характеристика средств фитнес-аэробики

Вопросы и задания:
1.Характеристика различных видов аэробики.
2.Классификация упражнений, применяемых в фитнес-аэробике.

Практическое занятие № 2 (2 часа)

Терминология базовых движений

Вопросы и задания:
1.Терминология базовых шагов классической аэробики.
2.Терминология базовых шагов степ аэробики.
3. Терминология усложненых базовых шагов.

Практическое занятие № 3-4 (2 часа)

Методика обучения технике упражнений в фитнес-аэробике

Вопросы и задания:
1.Методические приемы управления группой.
2.Учебная практика проведения групповых занятий.

3 семестр, 1 лекция, 3 практических занятия

Раздел 3. Теоретические основы учебно-методического сопровождения тренировочного процесса в фитнес-аэробике

Лекции № 1 (2 часа)

Планирование тренировочного процесса

Вопросы и задания:
1.Этапы планирования тренировочного процесса по фитнес-аэробике
2.Типы уроков
3.Структура группового занятия

Практическое занятие № 1 (2 часа)

Планирование тренировочного занятия. Задачи тренировочного занятия по фитнес-аэробике. Средства тренировочного занятия по фитнес-аэробике

Вопросы и задания:
1. Задачи тренировочного занятия по фитнес-аэробике
2. Способы изменения интенсивности нагрузки в соответствии с поставленными задачами тренировочного занятия
3.Анализ техники упражнений, применяемых в занятия по фитнес-аэробике
4.Запрещенные упражнения
5.Разработки конспекта тренировочного занятия по фитнес-аэробике

Практическое занятие № 2 (2 часа)

Планирование тренировочного занятия. Методы тренировочного занятия по фитнес-аэробике

Вопросы и задания:
1.Анализ методов, применяемых в занятия по фитнес-аэробике
2.Практика применения методов обучения в тренировочном занятии по фитнес-аэробике
3.Конструирование комбинаций базовых шагов

Практическое занятия № 3 (2 часа)

Планирование части тренировочного занятия по фитнес-аэробике

Вопросы и задания:
1.Разработка конспектов подготовительной части тренировочного занятия по фитнес-аэробике
2.Разработка конспектов основной части тренировочного занятия по фитнес-аэробике
3.Разработка конспектов заключительной части тренировочного занятия по фитнес-аэробике

5 семестр, 3 лекции, 6 практических занятий

Раздел 4. Методика обучения в фитнес-аэробике

Лекция № 1 (2 часа)

Методика обучения упражнениям, применяемых в подготовительной части тренировочного занятия фитнес-аэробики

Вопросы и задания:
1.Методика обучения упражнениям, применяемых в подготовительной части тренировочного занятия фитнес-аэробики

Практическое занятие № 1-2 (4 часа)

Методика обучения упражнениям, применяемых в подготовительной части тренировочного занятия фитнес-аэробики

Вопросы и задания:
1.Учебная практика проведения подготовительной части тренировочного занятия по фитнес-аэробике.

Лекция № 2 (2 часа)

Методика обучения упражнениям, применяемых в основной части тренировочного занятия фитнес-аэробики

Вопросы и задания:
1.Методика обучения упражнениям, применяемых в основной части тренировочного занятия фитнес-аэробики

Практическое занятие № 3-4 (4 часа)

Методика обучения упражнений, применяемых в основной части тренировочного занятия фитнес-аэробики

Вопросы и задания:
1.Учебная практика проведения основной части тренировочного занятия по фитнес-аэробике.

Лекция № 3 (2 часа)

Методика обучения упражнениям, применяемых в заключительной части тренировочного занятия фитнес-аэробики

Вопросы и задания:
1.Методика обучения упражнениям, применяемых в заключительной части тренировочного занятия фитнес-аэробики

Практическое занятие № 5-6 (4 часа

Методика обучения упражнений, применяемых в заключительной части тренировочного занятия фитнес-аэробики

Вопросы и задания:

1.Учебная практика проведения заключительной части тренировочного занятия по фитнес-аэробике.

5.2. Содержание самостоятельной работы по дисциплине (модулю)

Содержание обязательной самостоятельной работы по дисциплине

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы	Продукты деятельности
1	История развития фитнес-аэробики	Учить материал в электронном курсе «Теория и методика фитнес-аэробики» в СУЭО СГСПУ (на базе Moodle)	Письменная проверочная работа
2	Структура построения занятий, формы и способы планирования	Учить материал в электронном курсе «Теория и методика фитнес-аэробики» в СУЭО СГСПУ (на базе Moodle)	Письменная проверочная работа
3	Средства и методы подготовки в фитнес-аэробике	Учить материал в электронном курсе «Теория и методика фитнес-аэробики» в СУЭО СГСПУ (на базе Moodle)	Письменная проверочная работа
4	Классификация и общая характеристика средств фитнес-аэробики	Учить материал в электронном курсе «Теория и методика фитнес-аэробики» в СУЭО СГСПУ (на базе Moodle)	Письменная проверочная работа
5	Терминология базовых движений	Учить материал в электронном курсе «Теория и методика фитнес-аэробики» в СУЭО СГСПУ (на базе Moodle)	Письменная проверочная работа
6	Методика обучения технике упражнений в фитнес-аэробике	Учить материал в электронном курсе «Теория и методика фитнес-аэробики» в СУЭО СГСПУ (на базе Moodle)	Письменная проверочная работа
7	Планирование тренировочного занятия. Задачи тренировочного занятия по фитнес-аэробике	Учить материал в электронном курсе «Теория и методика фитнес-аэробики» в СУЭО СГСПУ (на базе Moodle)	Письменная проверочная работа
8	Планирование тренировочного занятия. Средства тренировочного занятия по фитнес-аэробике	Учить материал в электронном курсе «Теория и методика фитнес-аэробики» в СУЭО СГСПУ (на базе Moodle)	Письменная проверочная работа
9	Планирование тренировочного занятия. Методы тренировочного занятия по фитнес-аэробике	Учить материал в электронном курсе «Теория и методика фитнес-аэробики» в СУЭО СГСПУ (на базе Moodle)	Письменная проверочная работа
10	Планирование части тренировочного занятия по фитнес-аэробике	Разработать подготовительную, основную и заключительную часть тренировочного занятия по фитнес-аэробике.	Конспекты
11	Методика обучения упражнений, применяемых в подготовительной части тренировочного занятия фитнес-аэробики	Подготовиться к проведению подготовительной части тренировочного занятия фитнес-аэробики	Проведение части тренировочного занятия
12	Методика обучения упражнений, применяемых в основной части тренировочного занятия фитнес-аэробики	Подготовиться к проведению подготовительной части тренировочного занятия фитнес-аэробики	Проведение части тренировочного занятия
13	Методика обучения упражнений, применяемых в заключительной части тренировочного занятия фитнес-аэробики	Подготовиться к проведению подготовительной части тренировочного занятия фитнес-аэробики	Проведение части тренировочного занятия

Содержание самостоятельной работы по дисциплине на выбор

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы	Продукты деятельности
1	История развития фитнес-аэробики	Подбор материала и написание реферата Поиск и подбор информации	Реферат Презентация
2	Классификация и общая характеристика средств фитнес-аэробики	Подбор материала и написание реферата Поиск и подбор информации	Реферат Презентация
3	Планирование тренировочного занятия. Методы тренировочного занятия по фитнес-аэробике	Подбор материала и написание реферата	Реферат Презентация

		Поиск и подбор информации	
4	Методика обучения упражнений, применяемых в подготовительной части тренировочного занятия фитнес-аэробики	Подбор материала и написание реферата Поиск и подбор информации	Реферат Презентация
5	Методика обучения упражнений, применяемых в основной части тренировочного занятия фитнес-аэробики	Подбор материала и написание реферата Поиск и подбор информации	Реферат Презентация
6	Методика обучения упражнений, применяемых в заключительной части тренировочного занятия фитнес-аэробики	Подбор материала и написание реферата Поиск и подбор информации	Реферат Презентация

5.3.Образовательные технологии

При организации изучения дисциплины будут использованы следующие образовательные технологии: информационно-коммуникационные технологии, технология организации самостоятельной работы, технология рефлексивного обучения, технология модульного обучения, технология игрового обучения, технологии групповой дискуссии, интерактивные технологии, технология проблемного обучения, технология организации учебно-исследовательской деятельности, технология проектного обучения, технология развития критического мышления.

5.4. Текущий контроль, промежуточный контроль и промежуточная аттестация

Балльно-рейтинговая карта дисциплины оформлена как приложение к рабочей программе дисциплины.
Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине оформлен отдельным документом.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие, ссылка на электронную библиотечную систему	Издательство, год
Л1.1	Черкасова, И. В.	Аэробика: учебно-методическое пособие для студентов очной формы обучения https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=344707	М.-Берлин: Директ-Медиф, 2015.- 98 с.

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие, ссылка на электронную библиотечную систему	Издательство, год
Л2.1	Пшеничнокова Г.Н.	Аэробика в школе: учебное пособие https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274952	Омск: Изд-во СибГФК, 2009 – 239 с.

6.2 Перечень программного обеспечения

- Acrobat Reader DC
- Dr.Web Desktop Security Suite, Dr.Web Server Security Suite
- GIMP
- Microsoft Office 365 Pro Plus - subscription license (12 month) (Пакет программ Word, Excel, Access, PowerPoint, Outlook, OneNote, Publisher, Teams, OneDrive, Yammer, Stream, SharePoint Online).
- Microsoft Windows 10 Education
- XnView
- Архиватор 7-Zip

6.3 Перечень информационных справочных систем, профессиональных баз данных

- ЭБС «Университетская библиотека онлайн»
- Базы данных Springer eBooks

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1	Наименование специального помещения: учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, практических занятий, групповых консультаций, индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации. Оснащенность: Комплект учебной мебели, меловая доска, ноутбук, переносное проекционное оборудование (мультимедийный проектор и экран на треноге), портативное звукоусиливающее оборудование
7.2	Наименование специального помещения: учебная аудитория для проведения практических занятий, групповых консультаций, индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации, Зал спортивных игр. Оснащенность: Стенка гимнастическая(шведская)-5шт., Скамейки гимнастические, Щит баскетбольный.
7.3	Наименование специального помещения: помещение для самостоятельной работы, Читальный зал. Оснащенность: ПК-4шт. с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду СГСПУ, Письменный стол-4 шт., Парта-2 шт.

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Работа над теоретическим материалом происходит кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения,

выводы, формулировки, обобщения; помечать важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удается разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю.
Проработка рабочей программы дисциплины, уделяя особое внимание целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с информационными источниками в разных форматах.
Также в процессе изучения дисциплины методические рекомендации могут быть изданы отдельным документом.

Приложение

Балльно-рейтинговая карта дисциплины «Теория и методика фитнес-аэробике»

Курс 1 Семестр 1

Вид контроля		Минимальное количество баллов	Максимальное количество баллов
Наименование раздела: «Основы теории фитнес-аэробики»			
Текущий контроль по разделу:			
1	Аудиторная работа	8	15
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	7	15
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)	5	10
Контрольное мероприятие по разделу		20	40
Промежуточный контроль			
Наименование раздела: «Основы методики в фитнес-аэробике»			
Текущий контроль по разделу:			
1	Аудиторная работа	2	25
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	2	5
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)	2	5
Контрольное мероприятие по разделу		5	10
Промежуточный контроль		20	45
Промежуточная аттестация		6	15
	Итого:	**56**	**100**

Виды контроля		Перечень или примеры заданий, критерии оценки и количество баллов	Темы для изучения и образовательные результаты
Текущий контроль по разделу «Основы теории фитнес-аэробики»			
1	Аудиторная работа	**Конспектирование лекций № 1,2,3** Критерии оценивания: 5 баллов – законспектировано 100% материала 4 балла - законспектировано 90% материала 3 балла – законспектировано 80% материала 2 балла – законспектировано 70% материала 1 балл – законспектировано 60% материала	Темы для изучения История развития фитнес-аэробики Структура построения занятий, формы и способы планирования Средства и методы подготовки в фитнес-аэробике Образовательные результаты: Знает: историю развития и современное состояние фитнес-аэробики; методики обучения технике (упражнений) в фитнес-аэробике; целевые зоны пульса.
2	Самостоятельная работа (обязательные формы)	**Письменная проверочная работа № 1, 2, 3** Требования к выполнению письменной проверочной работы: Время выполнения работы 10-15 мин. Критерии оценивания задания: 5 баллов – Содержание соответствует заявленному заданию, основные положения	Темы для изучения История развития фитнес-аэробики Структура построения занятий, формы и способы планирования Средства и методы подготовки в фитнес-аэробике

		соответствует требуемому объему. Работа структурирована, отражает все основные положения по данной теме. 4-3 балла – Содержание соответствует заявленному заданию, основные положения соответствует объему – 90-80 %. Работа структурирована, но не отражает все основные положения по данной теме. 2-1 балла – Содержание соответствует заявленному заданию, основные положения соответствует объему – 40-50 %. Работа структурирована, но не отражает все основные положения по данной теме.	Знает: историю развития и современное состояние фитнес-аэробики; методики обучения технике (упражнений) в фитнес-аэробике; целевые зоны пульса.
3	Самостоятельная работа (на выбор)	**Подбор материала и написание реферата** Требования к выполнению реферата. Реферат – самостоятельно выполненное научное исследование по избранной теме. При работе над рефератом обучающиеся получают навыки аналитической работы с источниками и литературой, более глубокого осмысления материала, изложения его в письменной форме согласно установленным правилам. Объем реферата должен составлять 18-20 страниц рукописного текста или 13-15 страниц машинописного текста (формат А 4, шрифт TimesNewRoman, 14 кегль, одинарный интервал). Обязательна нумерация страниц реферата в правом верхнем углу. Структурными элементами реферата являются: титульный лист, оглавление, введение, основная часть, заключение, список использованной литературы, приложение (в случае необходимости). Титульный лист оформляется в соответствии с образцом, приведенном на стр. 19 данного методического пособия. Оглавление располагается сразу за титульным листом. Напротив наименования каждого раздела реферата должен быть проставлен номер страницы. Во введении следует обосновать актуальность темы и задачи исследования, раскрыть степень изученности данной проблемы, очертить круг вопросов, на которые необходимо дать ответ. В главах реферата обучающийся должен раскрыть основное содержание темы. Каждая глава освещает один из вопросов темы. Материал должен излагаться логично, последовательно. При написании текста реферата недопустимо необозначенное заимствование, т.е. дословная выписка цитат без ссылок на источники. Сноски на источники с указанием страниц обязательны! В заключении необходимо сделать общие выводы о проделанной работе. В конце реферата прилагается список использованной литературы в алфавитном порядке, в котором приводятся следующие сведения об источнике: ф.и.о. автора или авторов, наименование источника, место издания, название издательства, год издания. Реферат должен быть подготовлен самостоятельно, в качестве источников материала для его подготовки используются в основном не Интернет-ресурсы, а печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. В реферате представлено современное видение проблемы; в тексте реферата или в приложениях имеются рисунки, таблицы, диаграммы. Критерии оценивания реферата: 10 баллов - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет более 20 страниц формата А 4 (шрифт 14, интервал 1). Реферат подготовлен самостоятельно, в качестве	Темы для изучения История развития фитнес-аэробики Образовательные результаты: Знает: историю развития и современное состояние фитнес-аэробики; методики обучения технике (упражнений) в фитнес-аэробике; целевые зоны пульса.

		источников материала для его подготовки обучающийся использовал в основном не Интернет-ресурсы, а печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. В реферате представлено современное видение проблемы и возможные варианты ее разрешения; в тексте реферата или в приложениях имеются рисунки, таблицы, диаграммы. 9 баллов - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет 20 страниц формата А 4 (шрифт 14, интервал 1). Реферат подготовлен самостоятельно, в качестве источников материала для его подготовки обучающийся использовал в основном не Интернет-ресурсы, а печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. В реферате представлено современное видение проблемы и возможные варианты ее разрешения; в тексте реферата или в приложениях имеются рисунки, таблицы, диаграммы. 8 баллов - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет более 20 страниц формата А 4 (шрифт 14, интервал 1). Реферат подготовлен самостоятельно, в качестве источников материала для его подготовки обучающийся использовал в основном не Интернет-ресурсы, а печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. В реферате представлено современное видение проблемы и возможные варианты ее разрешения. 7 баллов - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 20 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал не только Интернет-ресурсы, но и печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата нет ссылок на источники информации. 6 баллов - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 20 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал в основном Интернет-ресурсы, но и печатные источники имеют место быть, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата нет ссылок на источники информации. 5 балла – реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 15 страниц формата А 4 (шрифт 14, интервал 1). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы; 4 балла – реферат соответствует заявленной теме, неструктурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 15 страниц	

		формата А 4 (шрифт 14, интервал 1). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы; 3 балла – реферат соответствует заявленной теме, не структурирован, присутствует план, введение, нет заключение и (или) списка литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 15 страниц формата А 4 (шрифт 14, интервал 1). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы; 2 балла – реферат соответствует заявленной теме, не структурирован, присутствует план, введение, нет заключение и (или) списка литературы; оформление реферата не соответствует с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 15 страниц. В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы; 1 балл – реферат соответствует заявленной теме, не структурирован, присутствует план, нет введение, нет заключение и (или) списка литературы; оформление реферата не соответствует с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 15 страниц. В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы.	
Промежуточный контроль (количество баллов)		40	
Текущий контроль по разделу «Основы методики в фитнес-аэробике»			
1	Аудиторная работа	**Ответы обучающегося на вопросы практического занятия №1,2,3** 5-4 балла - обучающийся показывает глубокое и полное знание материала, ответ полный и логически грамотно построен, при ответе опирается на конспект, использует принятую терминологию, делает собственные выводы (анализ, обобщение), правильно и обстоятельно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя; 3-2 балла - излагает материал несистематизированно, фрагментарно, не всегда последовательно; слабо аргументирует выводы и обобщения, допускает ошибки при их формулировке; даёт нечёткие определения понятий; отвечает неполно на вопросы преподавателя; недостаточно понимает отдельные положения; при ответе не опирается на конспект.	Темы для изучения Классификация и общая характеристика средств фитнес-аэробики Терминология базовых движений Методика обучения технике упражнений в фитнес-аэробике Образовательные результаты: Знает: историю развития и современное состояние фитнес-аэробики; методики обучения технике (упражнений) в фитнес-аэробике; целевые зоны пульса.
2	Самостоятельная работа (обязательные формы)	**Письменная проверочная работа** Требования к выполнению письменной проверочной работы: Время выполнения работы 10-15 мин. Критерии оценивания задания: 5 баллов – Содержание соответствует заявленному заданию, основные положения соответствует требуемому объему. Работа структурирована, отражает все основные положения по данной теме. 4-3 балла – Содержание соответствует заявленному заданию, основные положения соответствует объему – 90-80 %. Работа структурирована, но не отражает все основные положения по данной теме.	Темы для изучения Классификация и общая характеристика средств фитнес-аэробики Терминология базовых движений Методика обучения технике упражнений в фитнес-аэробике Образовательные результаты: Знает: историю развития и современное состояние

		2-1 балла – Содержание соответствует заявленному заданию, основные положения соответствует объему – 40-50 %. Работа структурирована, но не отражает все основные положения по данной теме.	фитнес-аэробики; методики обучения технике (упражнений) в фитнес-аэробике; целевые зоны пульса.
3	Самостоятельная работа (на выбор)	**Презентация:** Презентация предоставляется на электронном носителе, соответствующего объема; докладчик должен уверенно излагать материал; докладчик должен уверенно отвечать на вопросы оппонентов. Критерии оценивания работы: 5 баллов – Работа глубоко освещает тему, структурирована, отражает основные положения, представлено современное видение по данной теме, работа освещает более 5 источников, сопровождаясь, наглядным материалом. 4 балла – Работа соответствует теме, структурирована, отражает основные положения, работа освещает 4-5 источников, не содержит наглядного материала. 3 балла – Работа соответствует теме, не структурирована, отражает основные положения, но не представлено современное видение по данной теме, работа освещает 3 источника. 2 балла – Работа соответствует теме, не структурирована, не достаточно полно отражает основные положения, не представлено современное видение по данной теме, работа освещает 2 источника. 1 балл – Работа соответствует теме, не структурирована, не полно отражает основные положения по данной теме, проблема освещена поверхностно, работа освещает 1 источник.	Темы для изучения Классификация и общая характеристика средств фитнес-аэробики Образовательные результаты: Знает: историю развития и современное состояние фитнес-аэробики; методики обучения технике (упражнений) в фитнес-аэробике; целевые зоны пульса.
Контрольное мероприятие по разделу		Тестирование в электронном курсе «Теория и методика фитнес-аэробики» в СУЭО СГСПУ (на базе Moodle)	Темы для изучения Классификация и общая характеристика средств фитнес-аэробики Терминология базовых движений Методика обучения технике упражнений в фитнес-аэробике
Промежуточный контроль (количество баллов)		40	
Промежуточная аттестация		Представлены в фонде оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине	

Курс 2 Семестр 3

Вид контроля		Минимальное количество баллов	Максимальное количество баллов
Наименование раздела: «Теоретические основы учебно-методического сопровождения тренировочного процесса в фитнес-аэробике»			
Текущий контроль по разделу:			
1	Аудиторная работа	20	35
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	15	30
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)	5	10
Контрольное мероприятие по разделу		5	10
Промежуточный контроль		45	85
Промежуточная аттестация		11	15
Итого:		**56**	**100**

Виды контроля		Перечень или примеры заданий, критерии оценки и количество баллов	Темы для изучения и образовательные результаты
Текущий контроль по разделу «Теоретические основы учебно-методического сопровождения тренировочного процесса в фитнес-аэробике»			
1	Аудиторная работа	**Конспектирование лекций № 1,2,3** Критерии оценивания: 5 баллов – законспектировано 100% материала 4 балла - законспектировано 90% материала 3 балла – законспектировано 80% материала 2 балла – законспектировано 70% материала 1 балл – законспектировано 60% материала **Ответы обучающегося на вопросы практического занятия № 1,2.3,4** 5-4 балла - обучающийся показывает глубокое и полное знание материала, ответ полный и логически грамотно построен, при ответе опирается на конспект, использует принятую терминологию, делает собственные выводы (анализ, обобщение), правильно и обстоятельно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя; 3-2 балла - излагает материал несистематизированно, фрагментарно, не всегда последовательно; слабо аргументирует выводы и обобщения, допускает ошибки при их формулировке; даёт нечёткие определения понятий; отвечает неполно на вопросы преподавателя; недостаточно понимает отдельные положения; при ответе не опирается на конспект.	Темы для изучения: Планирование тренировочного процесса Планирование тренировочного занятия. Задачи тренировочного занятия по фитнес-аэробике Планирование тренировочного занятия. Средства тренировочного занятия по фитнес-аэробике Планирование тренировочного занятия. Методы тренировочного занятия по фитнес-аэробике Планирование части тренировочного занятия по фитнес-аэробике Образовательные результаты: Умеет: определять задачи учебно-тренировочного занятия по фитнес-аэробике; подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по фитнес-аэробике; планировать части учебно-тренировочного занятия по фитнес-аэробике.
2	Самостоятельная работа (обязательные формы)	**Разработка части тренировочного занятия** - для подготовительной части занятия - для основной (аэробной) части занятия - для основной (силовой) части занятия - для заключительной части занятия Критерии оценивания конспекта: 10-9 баллов – оформление конспекта отвечает предъявляемым требованиям,	Темы для изучения: Планирование тренировочного занятия. Задачи тренировочного занятия по фитнес-аэробике Планирование тренировочного занятия. Средства тренировочного занятия по фитнес-аэробике Планирование тренировочного занятия. Методы тренировочного занятия по фитнес-аэробике

		упражнения записаны в правильной последовательности в соответствии с логикой построения, при составлении комплекса использовались различные и.п. для каждого упражнения, каждое упражнение правильно записан по терминологии, комплекс представлена в печатном виде. 8-6 баллов – оформление конспекта отвечает предъявляемым требованиям, упражнения записаны в правильной последовательности в соответствии с логикой построения, при составлении комплекса использовались различные и.п. для каждого упражнения, каждое упражнение правильно записан по терминологии, комплекс представлена в письменном виде. Допущено 3 ошибки. 5-4 балла – оформление конспекта не отвечает предъявляемым требованиям, упражнения записаны в правильной последовательности в соответствии с логикой построения, при составлении комплекса использовались различные и.п. для каждого упражнения, каждое упражнение правильно записан по терминологии, комплекс представлена в письменном виде. Допущено 5 ошибок. 3-2 балла – оформление конспекта не отвечает предъявляемым требованиям, упражнения записаны в правильной последовательности в соответствии с логикой построения, при составлении комплекса использовались однотипные и.п. для каждого упражнения, комплекс представлена в письменном виде. Допущено 6 ошибок. 1 балл – оформление конспекта не отвечает предъявляемым требованиям, упражнения записаны в не правильной последовательности в соответствии с логикой построения, при составлении комплекса использовались однотипные и.п. для каждого упражнения, комплекс представлена в письменном виде. Допущено более 8 ошибок.	Планирование части тренировочного занятия по фитнес-аэробике Образовательные результаты: Умеет: определять задачи учебно-тренировочного занятия по фитнес-аэробике; подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по фитнес-аэробике; планировать части учебно-тренировочного занятия по фитнес-аэробике.
3	Самостоятельная работа (на выбор)	**Подбор материала и написание реферата или работа над презентацией** Требования к выполнению реферата. Реферат – самостоятельно выполненное научное исследование по избранной теме. При работе над рефератом обучающиеся получают навыки аналитической работы с источниками и литературой, более глубокого осмысления материала, изложения его в письменной форме согласно установленным правилам. Объем реферата должен составлять 18-20 страниц рукописного текста или 13-15 страниц машинописного текста (формат А 4, шрифт TimesNewRoman, 14 кегль, одинарный интервал). Обязательна нумерация страниц реферата в правом верхнем углу. Структурными элементами реферата являются: титульный лист, оглавление, введение, основная часть, заключение, список использованной литературы, приложение (в случае необходимости). Титульный лист оформляется в соответствии с образцом, приведенном на стр. 19 данного методического пособия. Оглавление располагается сразу за титульным листом. Напротив наименования каждого раздела реферата должен быть проставлен номер страницы. Во введении следует обосновать актуальность темы и задачи исследования, раскрыть степень изученности данной проблемы, очертить круг вопросов, на которые необходимо дать ответ. В главах реферата обучающийся должен раскрыть основное содержание темы. Каждая глава освещает один из вопросов темы. Материал должен излагаться логично, последовательно. При написании текста реферата недопустимо необозначенное заимствование, т.е. дословная выписка цитат без ссылок на источники. Сноски на источники с указанием страниц обязательны! В заключении необходимо сделать	Темы для изучения: Планирование тренировочного занятия. Методы тренировочного занятия по фитнес-аэробике Образовательные результаты: Умеет: определять задачи учебно-тренировочного занятия по фитнес-аэробике; подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по фитнес-аэробике; планировать части учебно-тренировочного занятия по фитнес-аэробике.

		общие выводы о проделанной работе. В конце реферата прилагается список использованной литературы в алфавитном порядке, в котором приводятся следующие сведения об источнике: ф.и.о. автора или авторов, наименование источника, место издания, название издательства, год издания. Реферат должен быть подготовлен самостоятельно, в качестве источников материала для его подготовки используются в основном не Интернет-ресурсы, а печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. В реферате представлено современное видение проблемы; в тексте реферата или в приложениях имеются рисунки, таблицы, диаграммы. Критерии оценивания реферата: 10 баллов - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет более 20 страниц формата А 4 (шрифт 14, интервал 1). Реферат подготовлен самостоятельно, в качестве источников материала для его подготовки обучающийся использовал в основном не Интернет-ресурсы, а печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. В реферате представлено современное видение проблемы и возможные варианты ее разрешения; в тексте реферата или в приложениях имеются рисунки, таблицы, диаграммы. 9 баллов - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет 20 страниц формата А 4 (шрифт 14, интервал 1). Реферат подготовлен самостоятельно, в качестве источников материала для его подготовки обучающийся использовал в основном не Интернет-ресурсы, а печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. В реферате представлено современное видение проблемы и возможные варианты ее разрешения; в тексте реферата или в приложениях имеются рисунки, таблицы, диаграммы. 8 баллов - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет более 20 страниц формата А 4 (шрифт 14, интервал 1). Реферат подготовлен самостоятельно, в качестве источников материала для его подготовки обучающийся использовал в основном не Интернет-ресурсы, а печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. В реферате представлено современное видение проблемы и возможные варианты ее разрешения. 7 баллов - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 20 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал не только Интернет-ресурсы, но и печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата нет ссылок на источники информации. 6 баллов - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует	

		план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 20 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал в основном Интернет-ресурсы, но и печатные источники имеют место быть, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата нет ссылок на источники информации. 5 балла – реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 15 страниц формата А 4 (шрифт 14, интервал 1). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы; 4 балла – реферат соответствует заявленной теме, неструктурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 15 страниц формата А 4 (шрифт 14, интервал 1). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы; 3 балла – реферат соответствует заявленной теме, не структурирован, присутствует план, введение, нет заключение и (или) списка литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 15 страниц формата А 4 (шрифт 14, интервал 1). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы; 2 балла – реферат соответствует заявленной теме, не структурирован, присутствует план, введение, нет заключение и (или) списка литературы; оформление реферата не соответствует с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 15 страниц. В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы; 1 балл – реферат соответствует заявленной теме, не структурирован, присутствует план, нет введение, нет заключение и (или) списка литературы; оформление реферата не соответствует с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 15 страниц. В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы.	
Контрольное мероприятие по разделу		**Письменная работа** Требования к выполнению письменной проверочной работы: Время выполнения работы 10-15 мин. Критерии оценивания задания: 10 баллов – Содержание соответствует заявленному заданию, основные положения соответствует требуемому объему. Работа структурирована, отражает все основные положения по данной теме. 9-7 баллов – Содержание соответствует заявленному заданию, основные положения соответствует объему – 90-80 %. Работа структурирована, но не отражает все основные положения по данной теме. 6-3 балла – Содержание соответствует заявленному заданию, основные положения соответствует объему – 40-50 %. Работа структурирована, но не отражает все основные положения по данной теме.	Темы для изучения: Планирование тренировочного процесса Планирование тренировочного занятия. Задачи тренировочного занятия по фитнес-аэробике Планирование тренировочного занятия. Средства тренировочного занятия по фитнес-аэробике Планирование тренировочного занятия. Методы тренировочного занятия по фитнес-аэробике Планирование части тренировочного занятия по фитнес-аэробике Образовательные результаты: Умеет:

		определять задачи учебно-тренировочного занятия по фитнес-аэробике; подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по фитнес-аэробике; планировать части учебно-тренировочного занятия по фитнес-аэробике.
Промежуточный контроль (количество баллов)	85	
Промежуточная аттестация	Представлены в фонде оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине	

Курс 3 Семестр 5

Вид контроля		Минимальное количество баллов	Максимальное количество баллов
Наименование раздела: «Методика обучения в фитнес-аэробике»			
Текущий контроль по разделу:			
1	Аудиторная работа	20	35
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	15	30
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)	5	10
Контрольное мероприятие по разделу		5	10
Промежуточный контроль		45	85
Промежуточная аттестация		11	15
Итого:		**56**	**100**

Виды контроля		Перечень или примеры заданий, критерии оценки и количество баллов	Темы для изучения и образовательные результаты
Текущий контроль по разделу «Методика обучения в фитнес-аэробике»			
1	Аудиторная работа	**Конспектирование лекций № 1,2,3** Критерии оценивания: 5 баллов – законспектировано 100% материала 4 балла - законспектировано 90% материала 3 балла – законспектировано 80% материала 2 балла – законспектировано 70% материала 1 балл – законспектировано 60% материала **Ответы обучающегося на вопросы практического занятия № 1,2.3,4** 5-4 балла - обучающийся показывает глубокое и полное знание материала, ответ полный и логически грамотно построен, при ответе опирается на конспект, использует принятую терминологию, делает собственные выводы (анализ, обобщение), правильно и обстоятельно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя; 3-2 балла - излагает материал несистематизированно, фрагментарно, не всегда последовательно; слабо аргументирует выводы и обобщения, допускает ошибки при их формулировке; даёт нечёткие определения понятий; отвечает неполно на вопросы преподавателя; недостаточно понимает отдельные положения; при ответе не опирается на конспект.	Темы для изучения Методика обучения упражнений, применяемых в подготовительной части тренировочного занятия фитнес-аэробики Методика обучения упражнений, применяемых в основной части тренировочного занятия фитнес-аэробики Методика обучения упражнений, применяемых в заключительной части тренировочного занятия фитнес-аэробики Образовательные результаты: Умеет: определять задачи учебно-тренировочного занятия по фитнес-аэробике; подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по фитнес-аэробике; планировать части учебно-тренировочного занятия по фитнес-аэробике.
2	Самостоятельная работа (обязательные формы)	**Демонстрация навыка проведения части урока на группе занимающихся:** - подготовительная часть тренировочного занятия; - основная часть тренировочного занятия; - заключительная часть тренировочного занятия. Критерии оценивания: 10 баллов – 1-2 мелкие ошибки в технике выполнения упражнений; 9 баллов – 3-5 мелких ошибок; 8 баллов – более 5 мелких ошибок; 7 баллов – более 5 мелких ошибок и 1-2 средних ошибок;	Темы для изучения Методика обучения упражнений, применяемых в подготовительной части тренировочного занятия фитнес-аэробики Методика обучения упражнений, применяемых в основной части тренировочного занятия фитнес-аэробики Методика обучения упражнений, применяемых в заключительной части тренировочного занятия

		6 баллов – более 8 мелких ошибок и 1-2 средних ошибок; 5 баллов – более 8 мелких ошибок и 3-5 средних ошибок; 4 балла – 4-6 средних ошибок и 1 грубая ошибка; 3 балла – более 6 средних ошибок и 1-2 грубых ошибок 2 балла – более 6 средних ошибок и 2-4 грубые ошибки; 1 балл – более 5 грубых ошибок.	фитнес-аэробики Образовательные результаты: Умеет: определять задачи учебно-тренировочного занятия по фитнес-аэробике; подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по фитнес-аэробике; планировать части учебно-тренировочного занятия по фитнес-аэробике.
3	Самостоятельная работа (на выбор)	**Подбор материала и написание реферата или работа над презентацией** Требования к выполнению реферата. Реферат – самостоятельно выполненное научное исследование по избранной теме. При работе над рефератом обучающиеся получают навыки аналитической работы с источниками и литературой, более глубокого осмысления материала, изложения его в письменной форме согласно установленным правилам. Объем реферата должен составлять 18-20 страниц рукописного текста или 13-15 страниц машинописного текста (формат А 4, шрифт TimesNewRoman, 14 кегль, одинарный интервал). Обязательна нумерация страниц реферата в правом верхнем углу. Структурными элементами реферата являются: титульный лист, оглавление, введение, основная часть, заключение, список использованной литературы, приложение (в случае необходимости). Титульный лист оформляется в соответствии с образцом, приведенном на стр. 19 данного методического пособия. Оглавление располагается сразу за титульным листом. Напротив наименования каждого раздела реферата должен быть проставлен номер страницы. Во введении следует обосновать актуальность темы и задачи исследования, раскрыть степень изученности данной проблемы, очертить круг вопросов, на которые необходимо дать ответ. В главах реферата обучающийся должен раскрыть основное содержание темы. Каждая глава освещает один из вопросов темы. Материал должен излагаться логично, последовательно. При написании текста реферата недопустимо необозначенное заимствование, т.е. дословная выписка цитат без ссылок на источники. Сноски на источники с указанием страниц обязательны! В заключении необходимо сделать общие выводы о проделанной работе. В конце реферата прилагается список использованной литературы в алфавитном порядке, в котором приводятся следующие сведения об источнике: ф.и.о. автора или авторов, наименование источника, место издания, название издательства, год издания. Реферат должен быть подготовлен самостоятельно, в качестве источников материала для его подготовки используются в основном не Интернет-ресурсы, а печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. В реферате представлено современное видение проблемы; в тексте реферата или в приложениях имеются рисунки, таблицы, диаграммы. Критерии оценивания реферата: 10 баллов - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет более 20 страниц формата	Темы для изучения Методика обучения упражнений, применяемых в подготовительной части тренировочного занятия фитнес-аэробики Методика обучения упражнений, применяемых в основной части тренировочного занятия фитнес-аэробики Методика обучения упражнений, применяемых в заключительной части тренировочного занятия фитнес-аэробики Образовательные результаты: Умеет: определять задачи учебно-тренировочного занятия по фитнес-аэробике; подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по фитнес-аэробике; планировать части учебно-тренировочного занятия по фитнес-аэробике.

		А 4 (шрифт 14, интервал 1). Реферат подготовлен самостоятельно, в качестве источников материала для его подготовки обучающийся использовал в основном не Интернет-ресурсы, а печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. В реферате представлено современное видение проблемы и возможные варианты ее разрешения; в тексте реферата или в приложениях имеются рисунки, таблицы, диаграммы. 9 баллов - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет 20 страниц формата А 4 (шрифт 14, интервал 1). Реферат подготовлен самостоятельно, в качестве источников материала для его подготовки обучающийся использовал в основном не Интернет-ресурсы, а печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. В реферате представлено современное видение проблемы и возможные варианты ее разрешения; в тексте реферата или в приложениях имеются рисунки, таблицы, диаграммы. 8 баллов - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет более 20 страниц формата А 4 (шрифт 14, интервал 1). Реферат подготовлен самостоятельно, в качестве источников материала для его подготовки обучающийся использовал в основном не Интернет-ресурсы, а печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата присутствуют ссылки на источники информации. В реферате представлено современное видение проблемы и возможные варианты ее разрешения. 7 баллов - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 20 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал не только Интернет-ресурсы, но и печатные источники, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата нет ссылок на источники информации. 6 баллов - реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 20 страниц формата А4 (шрифт 14, интервал 1). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал в основном Интернет-ресурсы, но и печатные источники имеют место быть, в том числе изданные за последние пять лет; в тексте реферата нет ссылок на источники информации. 5 балов – реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 15 страниц формата А 4 (шрифт 14, интервал 1). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы; 4 балла – реферат соответствует заявленной теме, неструктурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы; реферат оформлен в соответствии с	

		предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 15 страниц формата А 4 (шрифт 14, интервал 1). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы; 3 балла – реферат соответствует заявленной теме, не структурирован, присутствует план, введение, нет заключение и (или) списка литературы; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 15 страниц формата А 4 (шрифт 14, интервал 1). В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы; 2 балла – реферат соответствует заявленной теме, не структурирован, присутствует план, введение, нет заключение и (или) списка литературы; оформление реферата не соответствует с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 15 страниц. В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы; 1 балл – реферат соответствует заявленной теме, не структурирован, присутствует план, нет введение, нет заключение и (или) списка литературы; оформление реферата не соответствует с предъявляемыми требованиями, объем реферата составляет не менее 15 страниц. В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы.	
Контрольное мероприятие по разделу		**Письменная работа** Требования к выполнению письменной проверочной работы: Время выполнения работы 10-15 мин. Критерии оценивания задания: 10 баллов – Содержание соответствует заявленному заданию, основные положения соответствует требуемому объему. Работа структурирована, отражает все основные положения по данной теме. 9-7 баллов – Содержание соответствует заявленному заданию, основные положения соответствует объему – 90-80 %. Работа структурирована, но не отражает все основные положения по данной теме. 6-3 балла – Содержание соответствует заявленному заданию, основные положения соответствует объему – 40-50 %. Работа структурирована, но не отражает все основные положения по данной теме.	Темы для изучения Методика обучения упражнений, применяемых в подготовительной части тренировочного занятия фитнес-аэробики Методика обучения упражнений, применяемых в основной части тренировочного занятия фитнес-аэробики Методика обучения упражнений, применяемых в заключительной части тренировочного занятия фитнес-аэробики Образовательные результаты: Умеет: определять задачи учебно-тренировочного занятия по фитнес-аэробике; подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по фитнес-аэробике; планировать части учебно-тренировочного занятия по фитнес-аэробике.
Промежуточный контроль (количество баллов)		85	
Промежуточная аттестация		Представлены в фонде оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине	