

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ

«Физкультурно-оздоровительные технологии» - 49.04.01 – Физическая культура

1 курс, 1 семестр

20__ - 20__ уч.год

| Базовый модуль | | | | |
|---|--------------------|-------------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|
| Тема или задание текущей аттестационной работы | Виды аттестации | Аудиторная или внеаудиторная работа | Минимальное количество баллов | Максимальное количество баллов |
| «Фитнес как этап развития инноваций в физической культуре. Фитнес-технологии» Контроль в форме беседы (Вопросы и литература предоставляются заранее. Магистранты подбирают видеоматериалы для просмотра и обсуждения) | Текущий контроль 1 | аудиторная | 0.5 | 2 |
| «Фитнес-индустрия». Контроль в виде беседы и просмотра видеозаписей, представленных магистрантами | Текущий контроль 2 | аудиторная | 0.5 | 2 |
| «Роль фитнес-индустрии в современном обществе» Контроль – презентация магистрантов на 5 минут по одной из технологий фитнеса. Выбор темы реферата. | Текущий контроль 3 | аудиторная | 0.5 | 2 |
| «Обоснование методологии фитнес-исследований» Беседа. Контроль - студенты предоставляют описание методов исследования, приемлемых для фитнеса (по своей работе). | Текущий контроль 4 | аудиторная | 0.5 | 2 |
| Обоснование методологии технологизации фитнеса (готовят выступления с презентацией). Контроль – выступление с презентацией на 5-7 минут по | Текущий контроль 5 | аудиторная | 0.5 | 2 |

| | | | | |
|--|---------------------|---------------|-----|---|
| теме семинара. | | | | |
| «Множественность подходов к физкультурно-оздоровительным технологиям». Опрос. | Текущий контроль 6 | аудиторная | 0.5 | 2 |
| «Виды физкультурно-оздоровительных технологий в фитнесе» Контроль – аннотация 2-х статей по тематике | Текущий контроль 7 | внеаудиторная | 0.5 | 2 |
| «Основные положения, особенности и методика составления программ в физкультурно-оздоровительной работе» Контроль - разработка программы по одному из видов уроков фитнеса в форме конспекта и проведение. | Текущий контроль 8 | аудиторная | 0.5 | 3 |
| Формирование осанки в процессе занятий фитнесом. Оздоровляющее воздействие водно-холодовых процедур. | Текущий контроль 9 | аудиторная | 0.5 | 2 |
| «Медицинские аспекты использования фитболл-гимнастики» письменно тезисно ответы на вопросы и обсуждение их. | Текущий контроль 10 | аудиторная | 0.5 | 3 |
| Роль ритмической гимнастики в коррекции двигательной подготовки детей с ограниченными возможностями здоровья. сообщение по заданной теме (устно). | Текущий контроль 11 | аудиторная | 1 | 3 |
| Роль музыкально-ритмических упражнений в развитии двигательных способностей с детьми младшего и старшего дошкольного возраста. «Фитнес-танс» как лечебно-профилактический танец. Контроль – предоставление музыки для детей и ее прослушивание. Показ | Текущий контроль | аудиторная | 1 | 3 |

| | | | | |
|--|------------------|------------|----|-----|
| составленных программ на 32 счета. | | | | |
| Нагрузки, допускаемые на занятиях и их оздоровительный эффект. Контроль - предоставление конспекта разработанного фрагмента программы и методы ее использования при проведении занятия с разными возрастными группами. | Текущий контроль | аудиторная | 1 | 2 |
| Итого минимум | | | 8 | 30 |
| Контрольная работа | | | 15 | 30 |
| Промежуточный контроль | | | 22 | 30 |
| Итого минимум | | | 50 | 100 |

Дополнительный модуль

| №п/п | Сроки проведения | Виды деятельности | Кол-во баллов |
|------|-----------------------------|---|---------------|
| 1 | По расписанию преподавателя | «Многообразие фитнес-услуг» Доклады с презентацией на 5 минут. | 10 |
| 2 | По расписанию преподавателя | Формирование осанки в процессе занятий фитнесом. Письменно – методы измерения. | 10 |
| 3 | По расписанию преподавателя | «Медицинские аспекты использования фитнес-гимнастики» письменно тезисно ответы на вопросы и обсуждение их. | 5 |
| 4 | По расписанию преподавателя | «Фитнес-танец» как лечебно-профилактический танец. Предоставление музыки для детей и ее прослушивание. Показ составленных программ на 32 счета. | 10 |
| 5 | По расписанию преподавателя | Нагрузки, допускаемые на занятиях и их оздоровительный эффект. - Предоставление конспекта разработанного фрагмента программы и методы ее использования при проведении занятия с разными возрастными группами. | 15 |

