

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ  
49.04.01 – Физкультурно-оздоровительные технологии  
1 курс, 1 семестр

20\_\_-20\_\_ уч.год

<i>Базовый модуль</i>				
Тема или задание текущей аттестационной работы	Виды аттестации	Аудиторная или внеаудиторная работа	Минимальное количество баллов	Максим. кол-во баллов
Понятие «инновация», ее признаки и связь с категориями «Фитнес». Контроль в форме беседы (Магистранты готовят ответы тезисно на вопросы семинара)	Текущий контроль 1	аудиторная	1	3
«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	аудиторная	1	4
«Фитнес-индустрия». Контроль в виде беседы и просмотра видеозаписей, представленных магистрантами	Текущий контроль	аудиторная	2	4
«Роль фитнес-индустрии в современном обществе» Контроль – презентация магистрантов на 5 минут по одной из технологий фитнеса.	Текущий контроль	аудиторная	2	5
Обсуждение докладов с презентациями на тему: «Многообразие фитнес-услуг» Контроль – доклады с презентацией на 5 минут.	Текущий контроль	аудиторная	2	4

«Обоснование методологии фитнес-исследований» Беседа . Контроль - студенты предоставляют описание методов исследования, приемлемых для фитнеса (по своей работе).	Текущий контроль	аудиторная	1	3
Обоснование методологии технологизации фитнеса (готовят выступления с презентацией). Контроль – выступление с презентацией на 5-7 минут по теме семинара.	Текущий контроль	аудиторная	2	5
«Множественность подходов к физкультурно-оздоровительным технологиям». Опрос.	Текущий контроль	аудиторная	1	2
«Виды физкультурно-оздоровительных технологий в фитнесе» Контроль – аннотация 2-х статей по тематике	Текущий контроль	внеаудиторная	2	4
«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	аудиторная	2	6
Учет физического состояния женщин зрелого возраста для индивидуальных занятий фитнесом, индивидуализация тренировочных нагрузок, поддержание	Текущий контроль	аудиторная	2	4

и восстановления работоспособности, возможности и формирование осанки. Контроль – письменный отчет. Студенты по теме своей работы подбирают тесты для обследования физического, функционального, психического состояния женщин разного возраста.				
Формирование осанки в процессе занятий фитнесом.	Текущий контроль	аудиторная	1	3
Выступления с докладом .Оздоровляющее воздействие водно-холодовых процедур. Презентация.	Текущий контроль	аудиторная	2	5
«Медицинские аспекты использования фитболл-гимнастики» письменно тезисно ответы на вопросы и обсуждение их.	Текущий контроль	аудиторная	1	3
Роль ритмической гимнастики в коррекции двигательной подготовки детей с ограниченными возможностями здоровья.сообщение по заданной теме (устно).	Текущий контроль	аудиторная	2	4
Роль музыкально-ритмических упражнений в развитии двигательных способностей с детьми младшего и старшего дошкольного возраста. «Фитнес-данс» как лечебно-профилактический танец. Контроль – предоставление музыки для детей и ее прослушивание. Показ	Текущий контроль	аудиторная	1	5

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	4	6
Итого минимум			28	70
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 фитболл-гимнастики» письменно тезисно ответы на вопросы и обсуждение их.	5
4	По расписанию преподавателя	«Фитнес-танс» 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
ИТОГО			50