

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра теории и методике гимнастики

Методическое обеспечение по дисциплине

СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ ФИТНЕС-ИНДУСТРИИ

Образовательная программа

Физкультурно-оздоровительная работа

Направление подготовки высшего образования

49.04.01 Физическая культура

Квалификация (степень)

магистр

Форма обучения

Очная/заочная

**Рассмотрена и утверждена на заседании
кафедры**

« ____ » _____ 2017 г., протокол №

Зав. кафедрой _____

**Авторы-разработчики:
К.п.н., профессор,
профессор Сахарнова Т.К.**

Санкт-Петербург 2017

Содержание:

Методические рекомендации для преподавателей	
1. Видеолекции по вопросам фитнес-индустрии.....	
2. Учебно-методические материалы.....	
Методические рекомендации для студента	
1. технологическая карта дисциплины	
2. методические указания к выполнению контрольной работы.....	
3. методические указания по подготовке к устным опросам	
4. методические указания по подготовке к практическим занятиям	
5. методические указания по подготовке докладов, презентаций	
6. Методические указания по выполнению реферата	
7. методические указания по подготовке к проведению учебного занятия (фрагмента учебного занятия)	
8. методические указания по выполнению индивидуальных заданий, творческих работ, решению задач, тестированию ...	
Перечень основной и дополнительной литературы	

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

Текущие контроли 1,2,3,6,11 оцениваются в 1-3 балла (беседа с домашним заданием)

1 - балл - дан неполный ответ, логика и последовательность изложения имеют существенные нарушения. Дополнительные вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа студента на какой-либо вопрос. Домашнее задание выполнено.

2 – балла - сделано полное, но не достаточно последовательное сообщение, логика и последовательность изложения имеют существенные нарушения; отсутствуют выводы; показано достаточное владение терминологией. Домашнее задание выполнено.

3 – балла - Сделанное сообщение изложено литературным языком и содержит полный, четко структурированный, развернутый анализ заданной темы; магистрантом показано свободное владение терминологией. Домашнее задание выполнено.

Текущие контроли 4,10, оцениваются в 2 - 5 баллов (подготовка презентации)

2 балла – презентация сделана, но: логика и последовательность изложения материала имеют существенные нарушения, не видна авторская позиция.

3 балла – сделано полное, но недостаточно последовательное изложение материала; не показано достаточное владение терминологией, не видна авторская позиция.

4 балла – Сделанная презентация содержит полный, четко структурированный, развернутый анализ заданной темы; не показано достаточное владение терминологией, не видна авторская позиция.

5 баллов – Сделанная презентация содержит полный, четко структурированный, развернутый анализ заданной темы; магистрантом показано свободное владение терминологией, языком науки; демонстрируется умение практического применения рассматриваемого вопроса, умение устанавливать причинно-следственные связи; демонстрирует авторскую позицию.

Текущие контроли 5, 7, 12, оцениваются в 3 - 6 балла (подготовка доклада и презентации)

3 балла – презентация сделана и доклад есть, но: логика и последовательность изложения материала как в презентации, так и в докладе имеют существенные нарушения, не видна авторская позиция. Дополнительные вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа на какой-либо вопрос.

4 балла – сделано сообщение, представляемое набор разрозненных знаний; логика и последовательность изложения имеют существенные нарушения; отсутствуют выводы; используемая терминология требует коррекции; а презентация не раскрывает рассматриваемую тему. Умение раскрыть конкретные проявления обобщенных знаний не показано.

5 баллов – презентация и доклад сделаны полно, но недостаточно последовательное изложение материала; показано достаточное владение терминологией, дает четкие ответы на поставленные вопросы, могут быть допущены ошибки или недочеты, исправленные студентом с помощью преподавателя.

6 баллов – Презентация сделана хорошо. Сообщение изложено литературным языком и содержит полный, четко структурированный, развернутый анализ заданной темы; показано свободное владение терминологией, языком науки; демонстрируется умение практического применения рассматриваемого вопроса, умение устанавливать причинно-следственные связи; демонстрирует авторскую позицию.

Текущий контроль 8, оценивается в 2 - 4 балла (аннотация 2-х статей)

2 балла – Сделана одна аннотация

3 балла – Сделано две аннотации, но требуют коррекции.

4 балла – Обе аннотации изложены литературным языком и содержат полный, развернутый анализ заданной темы; показано свободное владение терминологией, языком науки.

Текущий контроль 9, оценивается в 2 - 6 баллов (разработка программ в форме конспекта по одному из видов уроков фитнеса и проведение)

2 балла – проведение занятия без конспекта.

3 балла – проведение занятия по конспекту, написанному не по требуемой форме.

4 балла – проведение занятия по конспекту, написанному по требуемой форме, но в терминологии много ошибок, не прописаны методы конструирования программы, мало методических указаний, нет рисунков.

5 баллов – проведение занятия по конспекту, написанному по требуемой форме, но в терминологии много ошибок, не прописаны методы конструирования программы и при проведении не попадает в музыку.

6 баллов – Конспект написан согласно требований и проведение практически без грубых ошибок.

допущены ошибки или недочеты, исправленные студентом с помощью преподавателя.

Контрольная работа

В конце обучения по дисциплине магистрантом выполняется контрольная работа в виде реферата по одной из указанных тем:

1. Формирование осанки в процессе занятий фитнесом (Разные направления).

2. Оздоровляющее воздействие водно-холодовых процедур.

3. Здоровьесберегающие технологии в фитнесе (Можно взять одну и описать – суть, цель, задачи, решаемые ею, содержание, где применяется).

4. Роль ритмической гимнастики в коррекции двигательной подготовки детей с ограниченными возможностями здоровья.

5. Роль музыкально-ритмических упражнений в развитии двигательных способностей с детьми младшего, старшего, дошкольного возраста.

6. «Фитнес-данс» как лечебно-профилактический танец.

7. Нагрузки, допускаемые на занятиях разного формата по оздоровительному фитнесу и их оздоровительный эффект.

8. Медицинские аспекты использования фитболл-гимнастики.

РЕФЕРАТ

Реферат должен состоять из разделов: Введение, теоретической основы изучаемого вопроса, списка используемой литературы, конспекта комплекса упражнений. Объем – 10 листов компьютерного текста, 1,5 интервал, не менее 15 литературных источников. Оформляется контрольная работа согласно требованиям ГОСТа 9327-60.

Реферат (контрольная работа) оценивается от 15 до 30 баллов:

15 баллов – реферат выполнен, но: логика и последовательность изложения материала имеют существенные нарушения, текст оформлен с нарушением требований ГОСТа

20 баллов – сделано полное, но недостаточно последовательное изложение материала; недостаточное количество литературных источников;

25 баллов – текст содержит полный, четко структурированный, развернутый анализ заданной темы, но имеются некоторые нарушения в оформлении;

30 баллов – текст содержит полный, четко структурированный, развернутый анализ заданной темы; магистрантом показано свободное владение терминологией, языком науки; демонстрируется умение практического применения рассматриваемого вопроса, умение устанавливать причинно-следственные связи.

Вопросы для подготовки к зачету

- 1.. «Фитнес», провознаписание термина.
2. «Фитнес» как новое явление в физической культуре и спорте.
3. Назовите принципы фитнеса.
4. Охарактеризуйте научно-теоретический анализ существующих представлений о фитнесе.
5. Назовите предпосылки интеграции термина «фитнес» в науку и практику.
6. Назовите виды фитнеса.
7. В чем отличие понятий «фитнес» и «фитнес-технология»?
8. Охарактеризуйте понятие «интеграция»
9. Назовите предпосылки интеграции фитнеса в систему физической культуры.
10. Какое оборудование для занятий фитнесом Вы можете назвать?
11. Охарактеризуйте оборудование залов для занятий фитнесом.
12. Дайте определение фитнес-технологии
13. Охарактеризуйте понятие технология.
14. Дайте классификацию фитнес-технологий
15. Назовите фитнес-технологии, применяемые в школе
16. Назовите и охарактеризуйте направление фитнеса - восточные оздоровительные системы.
17. Технологии, основанные на применении специальных тренажеров.
18. Технологии, основанные на разнообразных танцевальных направлениях.
19. Технологии, направленные на растягивание мышц и связок.
20. Технологии, основанные на применении игрового метода.
21. Технологии Mind – bodi.
22. Технологии, основанные на использовании предметов.
23. Технологии, основанные на применении утяжелителей.
24. Технологии, работающие со специальным оборудованием.
25. Технологии направленные на работу в воде.
26. Понятие фитнес-индустрии.
27. Существует ли связь между фитнес-услугами и фитнес-индустрией?
28. Назовите проблемы управления сферой фитнес-услуг.
29. Фитнес-индустрия в России и история зарождения.
30. Проблемы и перспективы развития фитнес-индустрии в России.
31. Новые направления фитнес-индустрии.
32. Женский бодибилдинг – феномен современного фитнеса.
33. Биомеханика степ-шагов – инновация в фитнес-индустрии.

34. Фитнес как сектор экономики.
35. Фитнес как средство трудоустройства.
36. Физкультурно-оздоровительные услуги фитнеса.
37. Консультативные услуги фитнеса.
38. Образовательные услуги фитнеса.
39. Коммерческие услуги фитнеса.
40. Группа дополнительных услуг, оказываемых фитнес-индустрией (массаж, бани и т.д.).
41. Группа сопутствующих услуг (специализированное питание, камеры хранения, стоянки для машин и т.д.).
42. Дайте понятие методологии.
43. Каковы цели и задачи фитнеса?
44. Фитнес как индустрия появления и развития инновационных оздоровительных технологий.
45. Назовите и прокомментируйте принципы фитнеса.
46. Предложите методы исследования, которые можно применить в фитнесе.
47. Обоснуйте термин «технологизация» фитнеса.
48. Дайте определение термину «Технология».
49. Какие аспекты деятельности необходимо знать, уметь и владеть для проведения технологизации фитнеса?
50. Приведите примеры технологизации фитнеса.

При этом магистранты за положительный ответ могут получить от 22 до 30 баллов. 0 баллов ставится, если ответ отсутствует или содержание ответа не совпадает с поставленным вопросом.

22 балла – ответы формальные. Допущено большое количество грубых ошибок. При ответе на дополнительные вопросы магистрант не способен выразить основную мысль.

23 балла – ответы формальные. Допущено большое количество грубых ошибок. При ответе на дополнительные вопросы магистрант не понимает сути вопроса.

24 баллов – ответы односложные, без понимания сути вопроса. Допущены грубые ошибки. При ответе на дополнительные вопросы магистрант начинает осознавать существование связи между знаниями после подсказки преподавателя.

25 баллов – ответы односложные, отмечено отсутствие терминологического языка. Допущены ошибки в формулировке ответов. При ответе на дополнительные вопросы магистрант отвечает после подсказки преподавателя.

26 баллов – в ответе допущены недочеты или незначительные ошибки, исправленные магистрант с помощью преподавателя. На дополнительные вопросы отвечает односложно.

27 баллов – дан неполный ответ, заданная тема раскрыта. Допущены недочеты или незначительные ошибки, исправленные магистрант с помощью преподавателя.

28 балла – дан неполный ответ, владеет опытом обобщения, но логика и последовательность изложения имеют существенные нарушения; допущены грубые ошибки при определении сущности раскрываемых явлений; отсутствуют выводы; используемая терминология требует коррекции.

29баллов - дан полный, развернутый ответ; демонстрируется умение практического применения рассматриваемого вопроса, умение устанавливать причинно-следственные связи; ответ доказателен, четко структурирован

30 баллов – дан полный, развернутый ответ; показано свободное владение терминологией; демонстрируется умение практического применения рассматриваемого вопроса, умение устанавливать причинно-следственные связи; ответ доказателен, четко структурирован, демонстрирует авторскую позицию, изложен литературным языком.

ЗАОЧНОЕ ОБУЧЕНИЕ
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	Текущий контроль	аудиторная	2	4

минут.				
«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	Текущий контроль	аудиторная	2	4

нагрузок, поддержание 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	Текущий контроль	аудиторная	1	5

прослушивание. Показ 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-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
ИТОГО			50

Текущие контроли 1,2,3,6,11,13 оцениваются в 1-3 балла (беседа с домашним заданием)

1 - балл - дан неполный ответ, логика и последовательность изложения имеют существенные нарушения. Дополнительные вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа студента на какой-либо вопрос. Домашнее задание выполнено.

2 – балла - сделано полное, но не достаточно последовательное сообщение, логика и последовательность изложения имеют существенные нарушения; отсутствуют выводы; показано достаточное владение терминологией. Домашнее задание выполнено.

3 – балла - Сделанное сообщение изложено литературным языком и содержит полный, четко структурированный, развернутый анализ заданной темы; магистрантом показано свободное владение терминологией. Домашнее задание выполнено.

Текущие контроли 4,10, оцениваются в 2 - 5 балла (подготовка презентации)

2 балла – презентация сделана, но: логика и последовательность изложения материала имеют существенные нарушения, не видна авторская позиция.

3 балла – сделано полное, но недостаточно последовательное изложение материала; не показано достаточное владение терминологией, не видна авторская позиция.

4 балла – Сделанная презентация содержит полный, четко структурированный, развернутый анализ заданной темы; не показано достаточное владение терминологией, не видна авторская позиция.

5 баллов – Сделанная презентация содержит полный, четко структурированный, развернутый анализ заданной темы; магистрантом показано свободное владение терминологией, языком науки; демонстрируется умение практического применения рассматриваемого вопроса, умение устанавливать причинно-следственные связи; демонстрирует авторскую позицию.

Текущие контроли 5, 7, 12, оцениваются в 3 - 6 балла (подготовка доклада и презентации)

3 балла – презентация сделана и доклад есть, но: логика и последовательность изложения материала как в презентации, так и в докладе имеют существенные нарушения, не видна авторская позиция. Дополнительные вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа на какой-либо вопрос.

4 балла – сделано сообщение, представляемое набор разрозненных знаний; логика и последовательность изложения имеют существенные нарушения; отсутствуют выводы; используемая терминология требует коррекции; а презентация не раскрывает рассматриваемую тему. Умение раскрыть конкретные проявления обобщенных знаний не показано.

5 баллов – презентация и доклад сделаны полно, но недостаточно последовательное изложение материала; показано достаточное владение терминологией, дает четкие ответы на поставленные вопросы, могут быть допущены ошибки или недочеты, исправленные студентом с помощью преподавателя.

6 баллов – Презентация сделана хорошо. Сообщение изложено литературным языком и содержит полный, четко структурированный, развернутый анализ заданной темы; показано свободное владение терминологией, языком науки; демонстрируется умение практического применения рассматриваемого вопроса, умение устанавливать причинно-следственные связи; демонстрирует авторскую позицию.

Текущий контроль 8, оценивается в 2 - 4 баллов (аннотация 2-х статей)

2 балла – Сделана одна аннотация

3 балла – Сделано две аннотации, но требуют коррекции.

4 балла – Обе аннотации изложены литературным языком и содержат полный, развернутый анализ заданной темы; показано свободное владение терминологией, языком науки.

Текущий контроль 9, оценивается в 2 - 6 баллов (разработка программ в форме конспекта по одному из видов уроков фитнеса и проведение)

2 балла – проведение занятия без конспекта.

3 балла – проведение занятия по конспекту, написанному не по требуемой форме.

4 балла – проведение занятия по конспекту, написанному по требуемой форме, но в терминологии много ошибок, не прописаны методы конструирования программы, мало методических указаний, нет рисунков.

5 баллов – проведение занятия по конспекту, написанному по требуемой форме, но в терминологии много ошибок, не прописаны методы конструирования программы и при проведении не попадает в музыку.

6 баллов – Конспект написан согласно требований и проведение практически без грубых ошибок.

Текущий контроль 14, оценивается в 4 - 7 баллов (подготовка доклада и презентации)

4 балла – презентация сделана и доклад есть, но: логика и последовательность изложения материала как в презентации, так и в докладе имеют существенные нарушения, не видна авторская позиция. Дополнительные вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа на какой-либо вопрос.

5 баллов - балла – сделано сообщение, представляемое набор разрозненных знаний; логика и последовательность изложения имеют существенные нарушения; отсутствуют выводы; используемая терминология требует коррекции; а презентация не раскрывает рассматриваемую тему. Умение раскрыть конкретные проявления обобщенных знаний не показано.

6 баллов - баллов – презентация и доклад сделаны полно, но недостаточно последовательное изложение материала; показано достаточное владение терминологией, дает четкие ответы на поставленные вопросы, могут быть допущены ошибки или недочеты, исправленные студентом с помощью преподавателя.

7 баллов - баллов – Презентация сделана хорошо. Сообщение изложено литературным языком и содержит полный, четко структурированный, развернутый анализ заданной темы; показано свободное владение терминологией, языком науки; демонстрируется умение практического применения рассматриваемого вопроса, умение устанавливать причинно-следственные связи; демонстрирует авторскую позицию.

Текущий контроль 15, оценивается в 3 - 7 баллов (разработка конспекта фрагмента программы)

3 балла – Конспект написан, но не по требуемой форме.

4 балла – Конспект написан по требуемой форме, но в терминологии много ошибок, не прописаны методы конструирования программы, мало методических указаний, нет рисунков.

5 баллов – Конспект написан по требуемой форме, но в терминологии много ошибок, не прописаны методы конструирования программы.

6 баллов – Конспект написан по требуемой форме, в терминологии не много ошибок (нет единообразия записи), указаны методы конструирования программ.

7 баллов – Конспект разработан согласно требованиям. Материал программы изложен литературным языком. Магистрантом показано свободное владение терминологией, языком науки.

Вопросы к зачету:

1. «Фитнес», правописание термина.
2. «Фитнес» как новое явление в физической культуре и спорте.
3. Назовите принципы фитнеса.
4. Охарактеризуйте научно-теоретический анализ существующих представлений о фитнесе.
5. Назовите предпосылки интеграции термина «фитнес» в науку и практику.
6. Назовите виды фитнеса.
7. В чем отличие понятий «фитнес» и «фитнес-технология»?
8. Охарактеризуйте понятие «интеграция»
9. Назовите предпосылки интеграции фитнеса в систему физической культуры.
10. Какое оборудование для занятий фитнесом Вы можете назвать?
11. Охарактеризуйте оборудование залов для занятий фитнесом.
12. Дайте определение фитнес-технологии
13. Охарактеризуйте понятие технология.
14. Дайте классификацию фитнес-технологий
15. Назовите фитнес-технологии, применяемые в школе
16. Назовите и охарактеризуйте направление фитнеса - восточные оздоровительные системы.
17. Технологии, основанные на применении специальных тренажеров.
18. Технологии, основанные на разнообразных танцевальных направлениях.
19. Технологии, направленные на растягивание мышц и связок.
20. Технологии, основанные на применении игрового метода.
21. Технологии Mind – body.
22. Технологии, основанные на использовании предметов.
23. Технологии, основанные на применении утяжелителей.
24. Технологии, работающие со специальным оборудованием.
25. Технологии направленные на работу в воде.
26. Понятие фитнес-индустрии.
27. Существует ли связь между фитнес-услугами и фитнес-индустрией?
28. Назовите проблемы управления сферой фитнес-услуг.
29. Фитнес-индустрия в России и история зарождения.
30. Проблемы и перспективы развития фитнес-индустрии в России.
31. Новые направления фитнес-индустрии.
32. Женский бодибилдинг – феномен современного фитнеса.
33. Биомеханика степ-шагов – инновация в фитнес-индустрии.
34. Фитнес как сектор экономики.
35. Фитнес как средство трудоустройства.
36. Физкультурно-оздоровительные услуги фитнеса.
37. Консультативные услуги фитнеса.
38. Образовательные услуги фитнеса.
39. Коммерческие услуги фитнеса.
40. Группа дополнительных услуг, оказываемых фитнес-индустрией (массаж, бани и т.д.).

41. Группа сопутствующих услуг (специализированное питание, камеры хранения, стоянки для машин и т.д.).
42. Дайте понятие методологии.
43. Каковы цели и задачи фитнеса?
44. Фитнес как индустрия появления и развития инновационных оздоровительных технологий.
45. Назовите и прокомментируйте принципы фитнеса.
46. Предложите методы исследования, которые можно применить в фитнесе.
47. Обоснуйте термин «технологизация» фитнеса.
48. Дайте определение термину «Технология».
49. Какие аспекты деятельности необходимо знать, уметь и владеть для проведения технологизации фитнеса?
50. Приведите примеры технологизации фитнеса.

По окончании обучения по данной дисциплине проводится промежуточный контроль в форме экзамена. Магистранты демонстрируют теоретические знания по представленным выше вопросам. При ответе оценивается полнота, осмысленность, логичность ответов, владение терминологией, демонстрация авторской позиции. При этом магистранты за положительный ответ могут получить от 22 до 30 баллов. 0 баллов ставится, если ответ отсутствует или содержание ответа не совпадает с поставленным вопросом.

22 балла – дан неполный ответ, владеет опытом обобщения. 22 балла – ответы формальные. Допущено большое количество грубых ошибок. При ответе на дополнительные вопросы магистрант не способен выразить основную мысль.

23 балла – ответы формальные. Допущено большое количество грубых ошибок. При ответе на дополнительные вопросы магистрант не понимает сути вопроса.

24 баллов – ответы односложные, без понимания сути вопроса. Допущены грубые ошибки. При ответе на дополнительные вопросы магистрант начинает осознавать существование связи между знаниями после подсказки преподавателя.

25 баллов – ответы односложные, отмечено отсутствие терминологического языка. Допущены ошибки в формулировке ответов. При ответе на дополнительные вопросы магистрант отвечает после подсказки преподавателя.

26 баллов – в ответе допущены недочеты или незначительные ошибки, исправленные магистрант с помощью преподавателя. На дополнительные вопросы отвечает односложно.

27 баллов – дан неполный ответ, заданная тема раскрыта. Допущены недочеты или незначительные ошибки, исправленные магистрант с помощью преподавателя.

28 балла – дан неполный ответ, владеет опытом обобщения, но логика и последовательность изложения имеют существенные нарушения; допущены грубые ошибки при определении сущности раскрываемых явлений; отсутствуют выводы; используемая терминология требует коррекции.

29 баллов - дан полный, развернутый ответ; демонстрируется умение практического применения рассматриваемого вопроса, умение устанавливать причинно-следственные связи; ответ доказателен, четко структурирован

30 баллов – дан полный, развернутый ответ; показано свободное владение терминологией; демонстрируется умение практического применения рассматриваемого вопроса, умение устанавливать причинно-следственные связи; ответ доказателен, четко структурирован, демонстрирует авторскую позицию, изложен литературным языком.