

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛИПЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

Аннотация программы повышения квалификации

**ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-
ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И СПОРТИВНО-МАССОВОЙ РАБОТЫ НА ОСНОВЕ
ФИТНЕСА В УСЛОВИЯХ РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС**

1. Цели реализации программы

Целью реализации программы является совершенствование компетенций, необходимых для профессиональной деятельности и повышения профессионального уровня в рамках имеющейся квалификации инструктора-методиста по фитнесу:

а) общекультурных компетенций (ОК):

- владеет культурой мышления, способен к обобщению, анализу, восприятию информации, постановке цели и выбору путей ее достижения (ОК-1);

- готовностью использовать нормативные правовые документы в своей деятельности (ОК-13);

б) профессиональных компетенций (ПК):

- готовностью применять современные методики и технологии, методы диагностирования достижений обучающихся для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса (ПК-3);

- способностью использовать возможности образовательной среды, в том числе информационной, для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса (ПК-5);

- готовностью к взаимодействию учениками, родителями, коллегами, социальными партнерами (ПК-6);

- готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности (ПК-8).

2. Требования к уровню освоения содержания программы

В результате изучения программы слушатель должен: *знать*:

- приоритетные направления развития образовательной системы Российской Федерации; законы и иные нормативные правовые акты, регламентирующие образовательную, физкультурно-спортивную и оздоровительную деятельность

- физические и психические возрастные особенности обучающихся;

- основы теории и практики физического воспитания;

- основы спортивной медицины и спортивной гигиены;

- способы оказания доврачебной медицинской помощи;

- методики проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий средствами фитнес-аэробики;

- технику выполнения базовых элементов фитнес-аэробики и методику проведения занятий с их использованием;

- различные организационные формы проведения мероприятий с учётом возраста обучающихся и использованием ресурсов фитнес-аэробики;

- методы и формы мониторинга образовательной деятельности обучающихся;

- специфику техники безопасности при проведении занятий по фитнес-аэробики;

- методики и приёмы определения проблем и перспектив собственного профессионального развития.

Уметь:

- вести разъяснительную работу по профилактике травматизма и соблюдении техники безопасности на спортивных объектах при проведении занятий фитнес-аэробикой;

- создавать организационно-педагогические и психологические условия при проведении занятий по фитнес-аэробике;

- составлять комплексы упражнений по фитнес-аэробике с учетом возрастных особенностей обучающихся;

- вносить коррективы в организацию своей образовательной деятельности и в повышение результативности образовательного процесса;

- оказывать первую доврачебную помощь;

- пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи;

- выстраивать партнёрские отношения с обучающимися, родителями и коллегами по работе.

Владеть:

- основами современных методик и технологий преподавания занятий по фитнес-аэробике, направленными на физическое совершенствование обучающихся и повышение функциональных возможностей их организма;

- методикой обучения занимающихся самоконтролю при дозировке физической нагрузки;

- технологиями и методами педагогического контроля за результатами обучения и воспитания;

- различными формами коммуникации для решения задач профессиональной деятельности;

- навыками выстраивания социально-делового, творческого и психолого-педагогического партнёрства.

3. Содержание программы.

№ п/п	Наименование модулей	Всего, час.	В том числе, час.		
			Л	ПР	СР
1.	Модуль 1. Государственная политика в части развития образовательной, физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности	6	4	2	-
ПА	Зачет в форме собеседования после освоения модуля 1				
2.	Модуль 2. Психолого-педагогические и медико-биологические основы развития организма человека	22	10	12	-
ПА	Зачет в форме собеседования после освоения модуля 2				
3.	Модуль 3. Фитнес-аэробика: теория и методика проведения занятий	64	14	50	-
ПА	Зачет в форме тестирования и тренинга после освоения модуля 3				
4.	Модуль 4. Педагогический контроль на занятиях фитнес-аэробикой	16	8	8	-
ПА	Зачет в форме тестирования и тренинга после освоения модуля 4				
Всего по программе:		108	36	72	-
Итоговая аттестация после освоения всех модулей программы		зачет в форме собеседования			

Примечание: Л – лекции, ПР – практическая работа, СР – самостоятельная работа, ПА – промежуточная аттестация

4. Разработчик

Панова Ирина Петровна, доцент кафедры спортивных дисциплин Института физической культуры и спорта, кандидат педагогических наук, доцент, член Федерации по спортивной гимнастике Липецкой области.