

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

Описание программы

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

Вид: Дополнительное образование

Подвид: дополнительное профессиональное образование

Программа: программа повышения

Объем (трудоемкость): 108 часов

Форма(ы) обучения: очно-заочное

Цель программы: Совершенствование компетенций, необходимых для профессиональной деятельности и повышения профессионального уровня в рамках имеющейся квалификации инструктора-методиста по фитнесу.

Планируемые результаты обучения: В результате освоения программы слушатель должен приобрести следующие знания и умения, необходимые для качественного изменения компетенций, указанных в разделе:

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-аэробике;

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

Слушатель должен 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.

Слушатель должен 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.

Темы (модули):

1. Модуль 1. «Государственная политика в части развития образовательной, физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности»
2. Модуль 2. «Психолого-педагогические и медико-биологические основы развития организма человека»
3. Модуль 3. «Фитнес-аэробика: теория и методика проведения занятий»
4. Модуль 4. «Педагогический контроль на занятиях фитнес-аэробикой»

Разработчик

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