

## АННОТАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### Наименование дисциплины (модуля)

Современные технологии фитнес-индустрии

### Наименование ОПОП ВО

49.03.01 Физическая культура. Спорт и фитнес

### Цели и задачи дисциплины (модуля)

Цель дисциплины «Современные технологии фитнес-индустрии» – формирование целостного представления о профессиональной деятельности специалиста в области фитнес-технологий и рекреационно-оздоровительной деятельности.

Задачи дисциплины:

1. Обеспечение глубокими теоретическими знаниями основ физического воспитания и рекреационно-оздоровительной деятельности.
2. формирование представлений студентов о современных инновационных тенденциях и способах совершенствования в избранных видах двигательной активности.
3. формирование умения практического использования полученных знаний в различных оздоровительных учреждениях и физкультурно-спортивной организациях.

### Результаты освоения дисциплины (модуля)

Планируемыми результатами обучения по дисциплине являются знания, умения, навыки, соотношенные с компетенциями, которые формирует дисциплина, и обеспечивающие достижение планируемых результатов по образовательной программе в целом. Перечень компетенций, формируемых в результате изучения дисциплины, приведен в таблице 1.

Таблица 1 – Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля)

Название ОПОП ВО, сокращенное	Код и формулировка компетенции	Код и формулировка индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине		
			Код результата	Формулировка результата	
49.03.01 «Физическая культура» (Б-ФЗ)	ПКВ-4 : Способен разрабатывать, сопровождать и адаптировать индивидуальные фитнес – программы, направленные на сохранение и укрепление здоровья у различных групп населения с учетом пола, возраста и потребности, на основе интерпретации результатов	ПКВ-4.1к : Обосновывает содержание и принципы реализации индивидуальных фитнес-программ с учетом системы приоритетов для населения по компонентам фитнеса	РД1	Знание	Знает структуру и содержание фитнес-программ оздоровительной и спортивной направленности с учетом индивидуальных особенностей занимающихся
			РД2	Умение	Умеет анализировать и давать оценку содержательному наполнению фитнес-программ оздоровительной и спортивной направленности с учетом особенностей контингента занимающихся

	мониторинга физического состояния и подготовленности занимающихся	ПКВ-4.2к : Осуществляет предварительное, этапное и итоговое фитнес-тестирование для объективного анализа, обобщения, и оценки функционального состояния, физической подготовленности и особенностях организма, занимающихся с целью варьирования и индивидуализации, применяемых фитнес-программ	РД3	Знание	Знает регламент и содержание процедуры диагностики физической и функциональной подготовленности с учетом возможной динамики реакции организма занимающегося на вариативность нагрузки
			РД4	Умение	Умеет организовать и провести первичную и повторную диагностику физической и функциональной подготовленности занимающегося для расчета допустимой нагрузки и составления индивидуальной тренировочной программы
		ПКВ-4.3к : Составляет индивидуальные программы населению, в том числе с разработкой частоты, интенсивности, продолжительности, вида и структуры занятия, включая использование передовых фитнес-технологий и принципа периодизации по фазам фитнес-тренировок	РД5	Знание	Знает содержание и величину нагрузочного воздействия включая объем, интенсивность, интервалы восстановления, в зависимости от индивидуальных особенностей занимающихся
			РД6	Навыки	Владеет навыками подбора и реализации персональных нагрузочных средств включая объем, интенсивность, интервалы восстановления на основе эффективных методов современных и фитнес-программ

### Основные тематические разделы дисциплины (модуля)

### Трудоемкость дисциплины (модуля) и виды учебной работы

Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу с обучающимися (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу по всем формам обучения, приведен в таблице 2.

Таблица 2 – Трудоемкость дисциплины

Название ОПОП ВО	Форма обучения	Часть УП	Семестр (ОФО) или курс (ЗФО, ОЗФО)	Трудоемкость (З.Е.)	Объем контактной работы (час)						СРС	Форма аттестации
					Всего	Аудиторная			Внеаудиторная			
						лек.	прак.	лаб.	ПА	КСР		
49.03.01 Физическая культура	ЗФО	Б1.В	3	4	13	4	8	0	1	0	131	Э
49.03.01 Физическая культура	ЗФО	Б1.В	4	3	13	4	8	0	1	0	95	Э

49.03.01 Физическая культура	ЭФО	Б1.В	4	4	13	4	8	0	1	0	131	Э
------------------------------------	-----	------	---	---	----	---	---	---	---	---	-----	---

### **Составители(ль)**

*Горбунова О.В., кандидат педагогических наук, доцент, Кафедра физкультурно-оздоровительной и спортивной работы, Olga.Gorbunova@vvsu.ru*

*Мазитова Н.В., кандидат педагогических наук, доцент, Кафедра физкультурно-оздоровительной и спортивной работы, Nataliya.Mazitova@vvsu.ru*