

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина»
Институт экономики, управления и сервиса
Кафедра индустрии сервиса и туризма

УТВЕРЖДАЮ:
Директор института



Е. Ю. Меркулова
«04» июля 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по дисциплине Б1.В.ДВ.04.1 Технологии оказания и предоставления услуг в
фитнес-центрах

Направление подготовки/специальность: 43.04.01 - Сервис

Профиль/направленность/специализация: Сервис индустрии гостеприимства и
спортивно-оздоровительных услуг

Уровень высшего образования: магистратура

Квалификация: Магистр

год набора: 2022

Тамбов, 2022

Автор программы:

Кандидат экономических наук, доцент Шевяков Александр Юрьевич

Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 43.04.01 - Сервис (уровень магистратуры) (приказ Министерства образования и науки РФ от «08» июня 2017 г. № 518).

Рабочая программа принята на заседании Кафедры индустрии сервиса и туризма «29» июня 2022 г. Протокол № 11

Рассмотрена и одобрена на заседании Ученого совета Института экономики, управления и сервиса, Протокол от «04» июля 2022 г. № 11.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи дисциплины.....	4
2. Место дисциплины в структуре ОП Магистра.....	5
3. Объем и содержание дисциплины.....	5
4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства.....	9
5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	12
6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.....	14
7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы.....	15

1. Цели и задачи дисциплины

1.1 Цель дисциплины – формирование компетенций:

ПК-1 Способен взаимодействовать с потребителями и заинтересованными сторонами

1.2 Типы задач профессиональной деятельности, к которым готовятся обучающиеся в рамках освоения дисциплины:

- организационно-управленческий

1.3 Дисциплина ориентирована на подготовку обучающихся к профессиональной деятельности в сфере: 33 Сервис, оказание услуг населению (торговля, техническое обслуживание, ремонт, предоставление персональных услуг, услуги гостеприимства, общественное питание и пр. (в сфере оказания услуг и сервисного обслуживания))

1.4 В результате освоения дисциплины у обучающихся должны быть сформированы:

Обобщенные трудовые функции / трудовые функции / трудовые или профессиональные действия (при наличии профстандарта)	Код и наименование компетенции ФГОС ВО, необходимой для формирования трудового или профессионального действия	Индикаторы достижения компетенций
	ПК-1 Способен взаимодействовать с потребителями и заинтересованными сторонами	Систематизирует методы формирования технологической концепции организаций сферы сервиса

1.5 Согласование междисциплинарных связей дисциплин, обеспечивающих освоение компетенций:

ПК-1 Способен взаимодействовать с потребителями и заинтересованными сторонами

№ п/п	Наименование дисциплин, определяющих междисциплинарные связи	Форма обучения		
		Заочная (семестр)		
		1	3	4
1	Организационно-управленческая практика		+	
2	Основы спортивно-оздоровительного сервиса			+
3	Сервис объектов профессиональной деятельности			+
4	Современные сервисные технологии в сфере обслуживания	+		
5	Технологии обслуживания в индустрии гостеприимства			+

6	Технологии обслуживания в спортивно-оздоровительных центрах			+
---	---	--	--	---

2. Место дисциплины в структуре ОП магистратуры:

Дисциплина «Технологии оказания и предоставления услуг в фитнес-центрах» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, учебного плана ОП по направлению подготовки 43.04.01 - Сервис.

Дисциплина «Технологии оказания и предоставления услуг в фитнес-центрах» изучается в 4 семестре.

3. Объем и содержание дисциплины

3.1. Объем дисциплины: 2 з.е.

Заочная: 2 з.е.

Вид учебной работы	Заочная (всего часов)
Общая трудоёмкость дисциплины	72
Контактная работа	6
Лекции (Лекции)	2
Практические (Практ. раб.)	4
Самостоятельная работа (СР)	62
Зачет	4

3.2. Содержание курса:

№ темы	Название раздела/темы	Вид учебной работы, час.			Формы текущего контроля
		Лек ции	Пра кт. раб.	СР	
		3	3	3	
4 семестр					
1	Нормативно-правовые акты в области физической культуры и спорта как законодательная база в сфере фитнеса	1	-	1	Собеседование; Опрос; Презентация
2	Управление качеством предоставления фитнес-услуг	1	-	1	Опрос; Тестирование
3	Подбор, расстановка, управление персоналом и мотивация сотрудников в фитнес центр	-	1	15	Собеседование; Опрос

4	Ценообразование и основные шаги по организации непосредственной продажи фитнес услуг	-	1	15	Опрос; Научный доклад; Собеседование
5	Современные фитнес технологии (Теория и методика групповой тренировки)	-	1	15	Собеседование; Научный доклад
6	Современные фитнес технологии (Групповые занятия различной направленности)	-	1	15	Опрос; Тестирование; Собеседование

Тема 1. Нормативно-правовые акты в области физической культуры и спорта как законодательная база в сфере фитнеса (ПК-1)

Лекция.

Фитнес в системе органов управления физической культурой и спортом: государственные и общественные органы управления физической культурой.

Физкультурно-спортивные организации по предоставлению различным социально-демографическим группам населения фитнес-услуг. Физкультурно-спортивные организации образовательных учреждений, учреждения дополнительного образования в области физической культуры и спорта. Понятия, принципы и подходы к построению структуры управления. Организационная структура и структура управления фитнес-организацией.

Практическое занятие.

не предусмотрено.

Задания для самостоятельной работы.

1. Отличительные характеристики фитнес услуги в сфере рекреации, области «Физическая культура и спорт».
2. Понятие, содержание и основные процедуры сегментирования рынка фитнес услуг.
3. Понятие «управление» и «менеджмент» в физической культуре и спорте: общее и особенное.

Тема 2. Управление качеством предоставления фитнес-услуг (ПК-1)

Лекция.

Понятие «услуга», «фитнес-услуга», дополнительные и основные фитнес услуги. Понятие и аспекты качества фитнес и других рекреативно-оздоровительных услуг. Основные показатели качества фитнес и других рекреативно-оздоровительных услуг. Маркетинговая деятельность по обеспечению качества. Требования в области маркетинга. Краткое описание продукции. Обратная связь с потребителем. Система качества. Основные методы и методики оценки качества фитнес и других рекреативно-оздоровительных услуг. Показатели (критерии оценки) и требования к качеству фитнес услуг: полезный эффект и эффективность (результативность) услуг: технологичность; гибкость форм, оперативность и надежность предоставления; безопасность; гигиенические и микроклиматические условия; комфортность, эргономичность и эстетичность мест предоставления; культура общения, благоприятный образ (имидж), экономичность, наличие дополнительных и сопутствующих услуг. Качество и сертификация услуг. Условия, от которых зависит качество фитнес и других рекреативно-оздоровительных услуг.

Практическое занятие.

не предусмотрено.

Задания для самостоятельной работы.

1. Нормативно-правовые акты в области физической культуры и спорта.
2. Виды фитнес-услуг: основные и дополнительные
3. Органы управления физической культурой и спортом: государственные органы; общественные органы; физкультурно-спортивные организации образовательных учреждений.

Тема 3. Подбор, расстановка, управление персоналом и мотивация сотрудников в фитнес центр (ПК-1)

Лекция.

не предусмотрено.

Практическое занятие.

Подбор, расстановка, управление персоналом и мотивация сотрудников в учреждениях, организациях, фирмах индустрии фитнеса, сферы туризма и отрасли «Физическая культура и спорт». Поощрение сотрудников фитнес клубов, центров и других организаций бесплатным предоставлением определенного объема услуг (SPA-услуги, Outdoor-тренировки, индивидуальные тренировки, другие мероприятия); стимулирование инициативы членов фитнес клубов, посетителей фитнес-центров и других организаций (предоставление бонусов, программа «приведи друга» и др.).

Задания для самостоятельной работы.

1. Понятия принципы и подходы к построению структуры управления. Организационная структура и управленческая структура фитнес центра;
2. Анализ мероприятий рекламно-информационного характера;
3. Ценовые проблемы рынка рекреативно-оздоровительных услуг отрасли «Физическая культура и спорт»: основные подходы и стереотипы.

Тема 4. Ценообразование и основные шаги по организации непосредственной продажи фитнес услуг (ПК-1)

Лекция.

не предусмотрено.

Практическое занятие.

Формирование цены на фитнес-услуги. Постановка задач ценообразования. Определение спроса на услуги. Выбор ценообразования и установление варианта базовой цены. Сопоставление с ценой, выявленной посредством опроса потребителей, корректировка цены. Анализ цен и услуг конкурентов, корректировка цены. Приспособление цены на основные и дополнительные фитнес-услуги. Предложения по организации непосредственной продажи услуг. Общие методологические принципы продажи услуг. Принципы формирования тарифной политики в фитнес клубах и других организациях рекреативно-оздоровительного профиля. Методика формирования тарифов на основные услуги. Методика формирования тарифов на дополнительные услуги.

Задания для самостоятельной работы.

1. Общие методологические принципы продажи фитнес услуг;
2. Методика формирования тарифов на основные и дополнительные услуги;
3. Понятия и аспекты качества фитнес услуг;
4. Составные характеристики качества предоставления фитнес-услуг;
5. Функционирование трудового коллектива фитнес центра.
6. Основные управленческие шаги, направленные на поддержание корректных служебных отношений.

Тема 5. Современные фитнес технологии (Теория и методика групповой тренировки) (ПК-1)

Лекция.

не предусмотрено

Практическое занятие.

Основные задачи оздоровительного фитнеса. Основные принципы групповых занятий фитнесом. Способы повышения интенсивности групповых занятий, планирование мер безопасности и контроля эффективности групповых занятий.

Характеристика оздоровительных технологий (фитнес-программ): групповые занятия аэробной направленности; групповые занятия силовой направленности. (по ОКДП-93).

Классификация базовых шагов в групповых программах. Структура группового занятия (цель, время, содержание каждой части). Применение циклических видов физкультурно-оздоровительной деятельности группового формата в условиях современного фитнес центра.

Музыка как основной инструмент проведения групповых занятий. Музыкальный квадрат, определение составляющих музыки. Работа всей группы (счёт по восьмёркам, определение лидирующей ноги, команда на начала движения, кьюинг инструктора). Отработка техники выполнения базовых движений классической аэробики (работа всей группы).

Задания для самостоятельной работы.

1. Теоретические аспекты аэробики: история, классификация, тенденции
2. Принципы оздоровительной тренировки
3. Травматизм и его профилактика при фитнес-занятиях в групповом формате
4. Воспитание выносливости
5. Воспитание силы
6. Воспитание гибкости
7. Координационная тренировка

Тема 6. Современные фитнес технологии (Групповые занятия различной направленности) (ПК-1)

Лекция.

не предусмотрено.

Практическое занятие.

История возникновения аэробики и степ аэробики. Основные форматы занятий. Классификация шагов степ аэробики. Основные правила работы на степ платформе. Основные положения и перемещения на степ платформе и относительно её (теория).

Основы адаптации при аэробной тренировке в групповом формате тренировки. Изменения сердечно-сосудистой системы.

Кардиоваскулярная и респираторная адаптация. Контроль реакции организма у нетренированного человека на занятиях аэробной направленности во время групповой тренировки.

Изменение обменных процессов. Изменения в нервной системе. Изменения в дыхательной системе. Визуальный и технологический контроль за состоянием группы во время проведения тренировки. Индивидуальные факторы при аэробной тренировке. Основные отличия занятий первого и второго уровня сложности.

Определение силового тренинга в групповых программах. Краткое описание основных форматов занятий силовой направленности. Цели и задачи силовой тренировки в рамках групповых программ. Определения выносливости и силы, рекомендации по составлению программы тренировок для каждого качества. Виды силовых упражнений. Режимы мышечных сокращений. Требования к построению силовых форматов занятий. Техника и безопасность. Структура силового занятия. Способы повышения интенсивности в силовых групповых занятиях. Дозировка выполнения силовых упражнений. Использование различного оборудования групповых программ при составлении занятия. Контроль нагрузки и техники выполнения силовых упражнений во время проведения занятий.

Задания для самостоятельной работы.

1. Методы тестирования, координации движений, чувства ритма.
2. Хореография и основы музыкальной грамотности
3. Структура урока аэробики
4. Возрастные особенности для занятий фитнес-тренировками в групповом формате

5. Аэробные тренировки и их влияние на лишний вес

4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства

4.1. Распределение баллов:

Балльно-рейтинговые мероприятия не предусмотрены

4.2 Типовые оценочные средства текущего контроля

Научный доклад

Тема 4. Ценообразование и основные шаги по организации непосредственной продажи фитнес услуг
Ценообразование на услуги фитнес-центров в аспекте развития Тамбовской области (на примере конкретного предприятия)

Опрос

Тема 1. Нормативно-правовые акты в области физической культуры и спорта как законодательная база в сфере фитнеса

1. Основные методы и методики оценки качества фитнес и других рекреативно-оздоровительных услуг.

1. Санитарно-эпидемиологические требования (законодательная база) к организации фитнес услуг при COVID-19.

Тема 2. Управление качеством предоставления фитнес-услуг

1. Организационная структура и структура управления.

2. Каков зарубежный опыт управления качеством предоставления фитнес-услуг.

Презентация

Тема 1. Нормативно-правовые акты в области физической культуры и спорта как законодательная база в сфере фитнеса

1. Нормативно-правовые акты в области физической культуры и спорта.

2. Отличительные характеристики фитнес услуги в сфере рекреации, области «Физическая культура и спорт».

2. Понятие, содержание и основные процедуры сегментирования рынка фитнес услуг.

Собеседование

Тема 1. Нормативно-правовые акты в области физической культуры и спорта как законодательная база в сфере фитнеса

1. Правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники.

2. Основы организации деятельности фитнес центров.

3. Методы сбора и первичной обработки информации.

4. Методы консультирования.

Тестирование

Тема 2. Управление качеством предоставления фитнес-услуг

1.1. Перечислите характеристики услуг физической культуры и спорта

- 1) Услуги нематериальны, неосвязаемы, неотделимы от объекта, непостоянны по качеству и несохраняемы;
- 2) Услуги сохраняемы, отделимы от объекта, нематериальны и неосвязаемы;
- 3) Услуги неотделимы от объекта, нематериальны, сохраняемы и постоянны по качеству.

2. Какой отраслью является физическая культура и спорт

- 1) Производственной;
- 2) Непроизводственной;
- 3) Производственной и непроизводственной.

3. Раскройте понятия «управление» и «менеджмент» в сфере фитнес услуг

- 1) Взаимодействие и координация ресурсов, технологий, процессов, кадров, ситуационного подхода для эффективного предоставления фитнес услуг потребителю;
- 2) Взаимодействие и координация ресурсов, технологий и процессов предоставления фитнес услуг;
- 3) Взаимодействие процессов, кадров, ситуационного подхода для эффективного предоставления фитнес услуг потребителю;

4. Охарактеризуйте основные понятия и содержание процедуры сегментирования рынка фитнес услуг

- 1) Деятельность по классификации потенциальных и реальных потребителей в соответствии с качественной структурой их спроса;
- 2) Деятельность по выявлению у каждой группы потребителей сравнительно однородной потребности в услуге;
- 3) Деятельность по делению рынка услуг на определенные группы потребителей.

5. Перечислите основные функции менеджмента в фитнесе

- 1) Планирование, мотивация и контроль;
- 2) Планирование, организовывание, координация, мотивация и контроль;
- 3) Координация и контроль.

6. Перечислите основные принципы менеджмента в фитнесе

- 1) Разделение труда, полномочия и ответственность, дисциплина, единоначалие, централизация;
- 2) Единство действий, скалярная цепь, порядок, справедливость, инициатива и корпоративный дух;
- 3) Разделение труда, полномочия и ответственность, дисциплина, единоначалие, единство действий, подчиненность личных интересов, вознаграждение персонала, централизация, скалярная цепь, порядок, справедливость, стабильность персонала, инициатива, корпоративный дух.

7. Перечислите нормативно-правовые документы в сфере физической культуры и спорта

- 1) Федеральный закон N229 ФЗ
- 2) ГОСТ 52025-2008
- 3) Федеральный закон N329 ФЗ и ГОСТ 52024-2003

8. Раскройте виды услуг рекреативно-оздоровительной организации

- 1) Основные;
- 2) Дополнительные и обязательные;
- 3) Основные и дополнительные.

9. Охарактеризуйте понятие качество фитнес-услуг

- 1) Совокупность свойств и характеристик фитнес-услуг, призванных удовлетворять реальные или предполагаемые потребности клиента;
- 2) Мера, в которой услуги фитнес клуба не удовлетворяют нужды клиента;
- 3) Удовлетворение или превышение требований клиентов фитнес клуба по такой цене, которую они не могут себе позволить.

10. Перечислите аспекты качества фитнес-услуг

- 1) Техническое качество и качество в рамках маркетинга;

- 2) Технологическое качество и качество в рамках маркетинга;
- 3) Техническое качество, технологическое качество и качество в рамках маркетинга.

Тема 6. Современные фитнес технологии (Групповые занятия различной направленности)

1. Дайте определение понятию ритм в музыке

- 1) ритм –это чередование звуков и пауз разной продолжительности
- 2) ритм –это чередование звуков
- 3) ритм –это чередование пауз разной продолжительности в музыке.

2. Дайте определение понятию темп в музыке

- 1) темп –это мера чередования звуков в музыке
- 2) темп –это мера времени в музыке
- 3) темп –это мера чередования пауз в музыке

3. Как делится классификация базовых шагов в классической аэробике

- 1) шаги, которые разучиваются с марша и со степ-тач;
- 2) шаги, которые разучиваются только с марша;
- 3) шаги, которые разучиваются только со степ-тач.

4. Перечислите шаги, которые разучиваются с марша

- 1) basic step, V-step, mambo, step-cross, kick ball change;
- 2) basic step, V-step, mambo, pivot, box-step, step-cross, kick ball change;
- 3) basic step, V-step, mambo, pivot, box-step, step-cross.

5. Перечислите шаги, которые разучиваются со степ-тач

- 1) step touch, knee up, curl, lift side, pony, scoop, open step;
- 2) step touch, lift side, pony, scoop, open step; 24

4.3 Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета

Типовые вопросы зачета (ПК-1)

1. Отличительные характеристики фитнес услуги в сфере рекреации, области «Физическая культура и спорт»;

2. Понятие, содержание и основные процедуры сегментирования рынка фитнес услуг;
3. Понятие «управление» и «менеджмент» в физической культуре и спорте: общее и особенное;
4. Нормативно-правовые акты в области физической культуры и спорта;
5. Виды фитнес-услуг: основные и дополнительные
6. Органы управления физической культурой и спортом: государственные органы; общественные органы; физкультурно-спортивные организации образовательных учреждений;
7. Понятия принципы и подходы к построению структуры управления. Организационная структура и управленческая структура фитнес центра;
8. Анализ мероприятий рекламно-информационного характера;
9. Ценовые проблемы рынка рекреативно-оздоровительных услуг отрасли «Физическая культура и спорт»: основные подходы и стереотипы;
10. Общие методологические принципы продажи фитнес услуг;
11. Методика формирования тарифов на основные и дополнительные услуги;
12. Понятия и аспекты качества фитнес услуг;
13. Составные характеристики качества предоставления фитнес-услуг;
14. Функционирование трудового коллектива фитнес центра. Основные управленческие шаги, направленные на поддержание корректных служебных отношений
15. Теоретические аспекты аэробики: история, классификация, тенденции
16. Принципы оздоровительной тренировки
17. Травматизм и его профилактика при фитнес-занятиях в групповом формате

18. Воспитание выносливости
19. Воспитание силы
20. Воспитание гибкости
21. Координационная тренировка
22. Методы тестирования, координации движений, чувства ритма.
23. Хореография и основы музыкальной грамотности
24. Структура урока аэробики
25. Возрастные особенности для занятий фитнес-тренировками в групповом формате
26. Аэробные тренировки и их влияние на лишний вес

Типовые задания для зачета (ПК-1)

Разработка бизнес-плана открытия фитнес-клуба

4.4. Шкала оценивания промежуточной аттестации

Оценка	Компетенции	Дескрипторы (уровни) – основные признаки освоения (показатели достижения результата)
«зачтено»	ПК-1	Достаточно хорошо проводит исследования по технологическим процессам оказания и предоставления услуг в фитнес центрах, на достаточно высоком уровне обосновывает свои выводы в плане конкурентоспособности сервисных предприятий
«не зачтено»	ПК-1	На очень низком уровне проводит исследования по технологическим процессам оказания и предоставления услуг в фитнес центрах, плохо обосновывает свои выводы в плане конкурентоспособности сервисных предприятий.

5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

5.1 Методические указания по организации самостоятельной работы обучающихся:

Приступая к изучению дисциплины, в первую очередь обучающимся необходимо ознакомиться содержанием рабочей программы дисциплины (РПД), которая определяет содержание, объем, а также порядок изучения и преподавания учебной дисциплины, ее раздела, части.

Для самостоятельной работы важное значение имеют разделы «Объем и содержание дисциплины», «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» и «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы».

В разделе «Объем и содержание дисциплины» указываются все разделы и темы изучаемой дисциплины, а также виды занятий и планируемый объем в академических часах.

В разделе «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» указана рекомендуемая основная и дополнительная литература.

В разделе «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы» содержится перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для освоения дисциплины.

5.2 Рекомендации обучающимся по работе с теоретическими материалами по дисциплине

При изучении и проработке теоретического материала необходимо:

- просмотреть еще раз презентацию лекции в системе MOODLe, повторить законспектированный на лекционном занятии материал и дополнить его с учетом рекомендованной дополнительной литературы;
- при самостоятельном изучении теоретической темы сделать конспект, используя рекомендованные в РПД источники, профессиональные базы данных и информационные справочные системы;
- ответить на вопросы для самостоятельной работы, по теме представленные в пункте 3.2 РПД.

- при подготовке к текущему контролю использовать материалы фонда оценочных средств (ФОС).

5.3 Рекомендации по работе с научной и учебной литературой

Работа с основной и дополнительной литературой является главной формой самостоятельной работы и необходима при подготовке к устному опросу на семинарских занятиях, к дебатам, тестированию, экзамену. Она включает проработку лекционного материала и рекомендованных источников и литературы по тематике лекций.

Конспект лекции должен содержать реферативную запись основных вопросов лекции, в том числе с опорой на размещенные в системе MOODLe презентации, основных источников и литературы по темам, выводы по каждому вопросу. Конспект может быть выполнен в рамках распечатки выдачи презентаций лекций или в отдельной тетради по предмету. Он должен быть аккуратным, хорошо читаемым, не содержать не относящуюся к теме информацию или рисунки.

Конспекты научной литературы при самостоятельной подготовке к занятиям должны содержать ответы на каждый поставленный в теме вопрос, иметь ссылку на источник информации с обязательным указанием автора, названия и года издания используемой научной литературы. Конспект может быть опорным (содержать лишь основные ключевые позиции), но при этом позволяющим дать полный ответ по вопросу, может быть подробным. Объем конспекта определяется самим студентом.

В процессе работы с основной и дополнительной литературой студент может:

- делать записи по ходу чтения в виде простого или развернутого плана (создавать перечень основных вопросов, рассмотренных в источнике);
- составлять тезисы (цитирование наиболее важных мест статьи или монографии, короткое изложение основных мыслей автора);
- готовить аннотации (краткое обобщение основных вопросов работы);
- создавать конспекты (развернутые тезисы).

5.4. Рекомендации по подготовке к отдельным заданиям текущего контроля

Собеседование предполагает организацию беседы преподавателя со студентами по вопросам практического занятия с целью более обстоятельного выявления их знаний по определенному разделу, теме, проблеме и т.п. Все члены группы могут участвовать в обсуждении, добавлять информацию, дискутировать, задавать вопросы и т.д.

Устный опрос может применяться в различных формах: фронтальный, индивидуальный, комбинированный. Основные качества устного ответа подлежащего оценке:

- правильность ответа по содержанию;
- полнота и глубина ответа;
- сознательность ответа;
- логика изложения материала;
- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи;
- своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе;
- использование дополнительного материала;
- рациональность использования времени, отведенного на задание.

Устный опрос может сопровождаться презентацией, которая подготавливается по одному из вопросов практического занятия. При выступлении с презентацией необходимо обращать внимание на такие моменты как:

- содержание презентации: актуальность темы, полнота ее раскрытия, смысловое содержание, соответствие заявленной темы содержанию, соответствие методическим требованиям (цели, ссылки на ресурсы, соответствие содержания и литературы), практическая направленность, соответствие содержания заявленной форме, адекватность использования технических средств учебным задачам, последовательность и логичность презентуемого материала;
- оформление презентации: объем (оптимальное количество), дизайн (читаемость, наличие и соответствие графики и анимации, звуковое оформление, структурирование информации, соответствие заявленным требованиям), оригинальность оформления, эстетика, использование возможности программной среды, соответствие стандартам оформления;

- личностные качества: ораторские способности. соблюдение регламента, эмоциональность, умение ответить на вопросы, систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы:
- содержание выступления: логичность изложения материала, раскрытие темы, доступность изложения, эффективность применения средств ИКТ, способы и условия достижения результативности и эффективности для выполнения задач своей профессиональной или учебной деятельности, доказательность принимаемых решений, умение аргументировать свои заключения, выводы.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1 Основная литература:

1. Калинкина, Е. В., Кривопалова, Н. С., Межман, И. Ф. Степ-аэробика : учебное пособие. - Весь срок охраны авторского права; Степ-аэробика. - Самара: Поволжский государственный университет телекоммуникаций и информатики, 2015. - 18 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/71885.html>
2. Федосеева М. З., Лебедева С. А., Иващенко Т. А., Давиденко Д. Н. Методические основы фитнес-аэробики : учебно-методическое пособие. - Йошкар-Ола: Поволжский государственный технологический университет, 2018. - 56 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=494069>

6.2 Дополнительная литература:

1. Тимофеева, О. В., Куница, Е. А. Степ-аэробика в системе физическом воспитании студенток вуза : учебно-методическое пособие. - Весь срок охраны авторского права; Степ-аэробика в системе физическом воспитании студенток вуза. - Москва: Российский университет дружбы народов, 2017. - 48 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/91073.html>
2. Райнхардт, О. О. Степ-аэробика как средство элективных видов физической культуры : методическое пособие. - Весь срок охраны авторского права; Степ-аэробика как средство элективных видов физической культуры. - Пермь: Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2018. - 66 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/86384.html>
3. Пигарева Я. В. Базовый курс инструктора детского фитнеса : учебно-методическое пособие. - Москва|Берлин: Директ-Медиа, 2018. - 183 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=495075>
4. Дюков, В. Биоэнергетика в фитнесе и спорте высших достижений. - 2022-04-01; Биоэнергетика в фитнесе и спорте высших достижений. - Москва: Издательство «Спорт», 2016. - 86 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/43903.html>
5. Трутнева Л. А. Разработка информационной системы управления фитнес - центром: выпускная квалификационная работа : студенческая научная работа. - Казань: б.и., 2019. - 98 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563491>
6. Булгакова, О. В., Брюханова, Н. А. Фитнес-аэробика : учебное пособие. - 2025-10-09; Фитнес-аэробика. - Красноярск: Сибирский федеральный университет, 2019. - 112 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/100144.html>
7. Пономарева Е. Ю. Фитнес-аэробика: программа проведения занятий для учащихся общеобразовательных школ : учебно-методическое пособие. - Елец: Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина, 2011. - 70 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272414>
8. Кафка Б., Йеневайн О. Функциональная тренировка: спорт, фитнес : научно-популярное издание. - Москва: Спорт, 2016. - 177 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461318>
9. Бьёрн, Кафка, Олаф, Йеневайн Функциональная тренировка. Спорт, фитнес. - 2022-04-01; Функциональная тренировка. Спорт, фитнес. - Москва: Издательство «Спорт», 2016. - 176 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/55571.html>

6.3 Методические разработки:

1. Арсентьев, В. В. Методические рекомендации «Фитнес – залог красоты и здоровья». - Весь срок охраны авторского права; Методические рекомендации «Фитнес – залог красоты и здоровья». - Липецк: Липецкий государственный технический университет, ЭБС АСВ, 2012. - 28 с. - Текст : электронный // IPR BOOKS [сайт]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/22960.html>

6.4 Иные источники:

1. Библиотека ГОСТов - www.vsegost.com
2. Библиотека РАН - <http://www.rasl.ru/>
3. Большая российская энциклопедия - <https://bigenc.ru/>

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Для проведения занятий по дисциплине необходимо следующее материально-техническое обеспечение: учебные аудитории для проведения занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, помещения для самостоятельной работы.

Учебные аудитории и помещения для самостоятельной работы укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Помещения для самостоятельной работы укомплектованы компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования, обеспечивающие тематические иллюстрации (проектор, ноутбук, экран/ интерактивная доска).

Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

Операционная система Microsoft Windows XP SP3

Операционная система Microsoft Windows 7, 8, 10

Windows Internet Explorer 8 Microsoft Corporation 22.02.2012 20090308.140743

Zinio Reader 4

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Архив научных журналов зарубежных издательств. – URL: <https://arch.neicon.ru>
2. Научная электронная библиотека Российской академии естествознания. – URL: <https://www.monographies.ru>
3. Официальный сайт Всероссийского центра изучения общественного мнения (ВЦИОМ). – URL: <https://wciom.ru>
4. Scopus: база данных . – URL: <https://www.scopus.com>
5. Цифровой образовательный ресурс IPR SMART. – URL: <http://www.iprbookshop.ru>

Электронная информационно-образовательная среда

https://auth.tsutmb.ru/authorize?response_type=code&client_id=moodle&state=xyz

Взаимодействие преподавателя и студента в процессе обучения осуществляется посредством мультимедийных, гипертекстовых, сетевых, телекоммуникационных технологий, используемых в электронной информационно-образовательной среде университета.