

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»

Институт дополнительного образования



ПРОГРАММА ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

для обучающихся по дополнительной профессиональной программе
профессиональной переподготовки
«Теория, методика и технологии фитнеса»

Форма обучения: очно-заочная

Москва, 2023

Программа утверждена и рекомендована
Межфакультетским советом РУС «ГЦОЛИФК»
Протокол №01-09-23 от «07» сентября 2023 г.

Разработчики:

Сиднева Лариса Валентиновна - к.п.н., доцент Кафедры рекреации и спортивно-оздоровительного туризма РУС «ГЦОЛИФК»

Гониянц Степан Александрович - к.п.н., профессор, зав. Кафедрой рекреации и спортивно-оздоровительного туризма РУС «ГЦОЛИФК»

Рецензент:

Михалина Г.М. – к.п.н., доцент

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ ПРОГРАММЫ

1.1. Цели и задачи проведения итоговой аттестации

Обучение по дополнительной профессиональной программе профессиональной переподготовки (ДПП ПП) завершается итоговой аттестацией.

Целью прохождения итоговой аттестации является установление уровня развития и освоения слушателем соответствующих компетенций и качества его подготовки для ведения нового вида деятельности в сфере фитнес индустрии.

Для достижения цели итоговой аттестации служат следующие **задачи**:

- оценка способности и умения слушателей, опираясь на полученные знания, умения и сформированные навыки, самостоятельно решать на современном уровне задачи своей профессиональной деятельности, иметь знания, умения и навыки проведения занятий различной направленности в фитнес индустрии;
- решение вопроса о выдаче слушателю диплома о профессиональной переподготовке;
- разработка рекомендаций по совершенствованию подготовки слушателей на основании результатов работы итоговой аттестационной комиссии.

1.2. Формы проведения итоговой аттестации

Итоговая аттестация по программе профессиональной переподготовки «Теория, методика и технологии фитнеса» проводится в форме итогового аттестационного экзамена (ИАЭ), содержащего ключевые и практически значимые вопросы по дисциплинам (модулям) общетеоретическим и практическим (специальной) подготовки, включенным в учебный план ДПП ПП, результаты освоения которых имеют определяющее значение для профессиональной деятельности слушателей.

1.3. Перечень планируемых результатов освоения ДПП ПП

Программа итоговой аттестации наряду с требованиями к содержанию отдельных дисциплин (модулей) и практик учитывает общие требования к слушателю, предусмотренные образовательными и профессиональными стандартами, квалификационными требованиями по направлению обучения, определяя степень сформированности следующих компетенций:

ПК-1.1 - Способность осуществлять подготовку и выполнение с детьми и подростками групповых занятий по программам детского и подросткового фитнеса.

ПК-2.1 - Способность осуществлять организацию и проведение с населением занятий по фитнесу на основе плавания.

ПК-2.2 - Способность осуществлять организацию и проведение с населением занятий по фитнесу на основе аквааэробики.

ПК-3.1 - Способность осуществлять организацию и проведение с населением занятий по фитнесу на основе атлетических видов спорта.

ПК-3.2 - Способность осуществлять организацию и проведение с населением занятий по фитнесу на основе танцевальных направлений.

В результате освоения программы слушатель должен обладать общепрофессиональными компетенциями (ОПК) в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» (уровень бакалавриата):

ОПК-1 - Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста

ОПК-3 - Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке

ОПК-12 - Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики

ОПК-14 - Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса

а также знаниями, умениями и владениями (практическим опытом):

Знать:

- теорию проведения оздоровительных и спортивно-оздоровительных мероприятий;
- правила эксплуатации спортивных сооружений и фитнес-клубов, оборудования и спортивной техники;
- теорию физического воспитания, обучения плаванию и специфическим оздоровительным занятиям в фитнесе, и спортивным играм.

Уметь:

- разработать методику программы оздоровительного и/или спортивно-оздоровительного мероприятия;
- проводить коммуникации с населением, участниками и иными заинтересованными лицами в здоровом образе жизни;
- оказывать первую доврачебную помощь;
- пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи;
- пользоваться контрольно-измерительными приборами;
- пользоваться спортивным инвентарем и фитнес-оборудованием.

Владеть (иметь практический опыт):

- методикой и технологией проведения оздоровительных и спортивно-оздоровительных мероприятий;
- методиками и технологиями физического воспитания, обучения плаванию и специфическим оздоровительным занятиям в фитнесе, и спортивным играм;
- Обучением занимающихся владению корректной техникой выполнения упражнений в различных зонах фитнес департамента;
- Контролем двигательной деятельности занимающихся;
- Регулированием физической нагрузки занимающихся;

1.4. Допуск к итоговой аттестации

К итоговой аттестации допускается обучающийся, не имеющий академической задолженности и в полном объеме выполнивший учебный план по осваиваемой ДПП ПП.

Программа итоговой аттестации разработана специалистами соответствующих кафедр Университета на основе Положения о порядке разработки и утверждения дополнительных профессиональных программ РУС «ГЦОЛИФК» и Положения об итоговой аттестации слушателей, обучающихся по дополнительным профессиональным программам в ИДО РУС «ГЦОЛИФК».

1.5. Утвержденная программа доводится до сведения слушателей не позднее, чем за 2 месяца до начала итоговой аттестации.

II. ПРОГРАММА ИТОГОВОГО АТТЕСТАЦИОННОГО ЭКЗАМЕНА

2.1. Цели проведения ИАЭ

Итоговый аттестационный экзамен имеет своей **целью**:

- оценку теоретических знаний, практических навыков, умений и владений;
- проверку подготовленности слушателя к дальнейшей профессиональной деятельности в соответствии с перечнем планируемых результатов освоения ДПП ПП.

2.2. Сроки проведения ИАЭ

Итоговый аттестационный экзамен проводится в сроки, установленные календарным учебным графиком.

2.3. Дисциплины (модули) и разделы, включенные в ИАЭ.

Итоговый аттестационный экзамен, являясь интегрированным междисциплинарным экзаменом, включает в себя знания, умения и владения по следующим дисциплинам (модулям) и разделам (темам):

Анатомия человека

Введение в анатомию человека – остеология, миология, функциональная анатомия мышц, и их вспомогательные аппараты. Анатомия систем органов обеспечения двигательной деятельности человека. Строение сердечно-сосудистой системы. Влияние физических нагрузок на органы и системы органов. Дыхательная и выделительная системы, мочевые органы. Нервная система организма. Центральная нервная система (ЦНС) – спинной мозг и головной мозг. Эндокринная система

Физиология человека

Обмен веществ и энергии. Строение клетки. Физиология энергообеспечения организма: основные пути ресинтеза АТФ. Регуляторные системы организма человека (ЦНС, АНС, Гуморальная регуляция). Физиология кардиореспираторной системы. Физиология мышечного сокращения.

Биомеханика двигательных действий

Понятие о движении тела человека. Виды движений. Механизмы управления движениями. Биомеханика опорно-двигательного аппарата человека -пассивная часть и активная часть. Биомеханика двигательных качеств (Сила, Выносливость, Быстрота, Ловкость, Гибкость).

Теория и методика физического воспитания

Общая характеристика физического воспитания: средства, методы, принципы. Основные аспекты содержания и методики физического воспитания. Основы обучения двигательным действиям. Воспитание двигательно-координационных способностей, силовых, скоростных способностей и выносливости. Формы построения занятий, планирование и контроль в физическом воспитании.

Педагогика и психология физической культуры и фитнеса

Предмет, задачи, функции педагогики физической культуры. Структура и особенности педагогической деятельности в фитнес-индустрии. Основы психологии развития. Учет возрастных особенностей занимающихся при построении тренировочного процесса в оздоровительном фитнесе. Особенности реализации дидактических принципов, методов и форм при построении тренировочного процесса в различных видах фитнеса (групповые программы, персональные тренировки). Особенности педагогического и психологического взаимодействия с занимающимися при проведении фитнес-тренировок.

Спортивная медицина

Исследование психофизиологического и функционального состояния различных систем организма. Методы оценки физического состояния и физического здоровья. Контроль при занятиях физической культурой и спортом. Травмы при занятиях фитнесом и оздоровительной физической культурой. Первая доврачебная помощь. Основы правильного питания

Менеджмент и маркетинг в фитнесе

Нормативно-правовые акты в области физической культуры и спорта как законодательная база рекреативно-оздоровительной деятельности в сфере фитнеса. Управление качеством предоставления фитнес-услуг. Подбор, расстановка, управление персоналом и мотивация сотрудников в учреждениях и организациях фитнес-индустрии. Ценообразование и основные шаги по организации непосредственной продажи рекреативно-оздоровительных услуг в сфере фитнеса.

Теория и методика тренировок на основе атлетических видов спорта

Тренировка силовой направленности с использованием тренажерных устройств. Кардиотренировка и реабилитационная тренировка в условиях тренажерного зала.

Технология фитнес-занятий на основе атлетических видов спорта

Кардиооборудование тренажерного зала. Разминка и заминка. Свободные отягощения. Правила безопасной работы со свободным весом. Техника выполнения упражнений и подстраховки. Силовые тренажеры, их классификация и виды. Правила безопасной работы с тренажерным оборудованием. Техника выполнения упражнений.

Теория и методика групповых тренировок

Теория и методика групповой тренировки. Групповые занятия различной направленности. Педагогическая и психологическая основы деятельности инструктора групповых программ.

Технология проведения групповых фитнес-занятий

Групповые занятия кардио направленности. Групповые занятия силовой направленности. Групповые занятия смешанного формата, функциональный тренинг. Групповые занятия направления «Mind&BODY».

Теория и методика оздоровительных занятий с детьми и подростками

Основы возрастного развития детей и подростков. Теория и методика оздоровительной тренировки с детьми и подростками. Планирование и организация фитнес-занятий с детьми и подростками.

Технологии проведения фитнес-занятий с детьми и подростками

Технологии фитнес-занятий с детьми и подростками. Особенности детского фитнеса в современном фитнес-клубе.

Теория и методика тренировок в водной среде (аквафитнес)

Особенности воздействия физических упражнений в воде на организм занимающихся. Теоретико-методологические основы проведения занятий по аквафитнесу. Методические аспекты проведения занятий по аквафитнесу..

Технологии фитнес-услуг в водной среде (аквафитнес)

Технологии групповой тренировки по аквааэробике на мелкой и глубокой воде. Организация тренировок в бассейне современного фитнес-клуба.

2.4. Оценочные средства для проведения ИАЭ

Итоговый аттестационный экзамен представляет собой устный экзамен, проводимый по утвержденному перечню вопросов.

Перечень вопросов (заданий), выносимых на итоговый аттестационный экзамен:

1. Опишите типы костей. Назовите какие типы костей образуют коленный сустав?
2. Какие мышцы относятся к мышцам плеча?
3. Какие мышцы относятся к мышцам брюшного пресса?
4. Расскажите о функциональных группах мышц?
5. Опишите классификацию мышечных волокон. Каковы отличия волокон (нитей)?
6. Расскажите о теории мышечного скольжения.
7. Понятие тканевого дыхания.
8. Опишите механизм адаптации дыхательной системы к мышечным нагрузкам.
9. Расскажите о параметрах, вызывающим рост мышц.

10. Расскажите о строение нервной системы. Какую роль выполняет периферическая нервная система?
11. Что такое афферентные и эфферентные проводники?
12. Как движется кровь по большому кругу кровообращения?
13. Как движется кровь по малому кругу кровообращения?
14. Что такое «насосная функция сердца»? Опишите сердечный цикл.
15. Опишите строение клетки. Какую роль в строении клетки выполняют митохондрии?
16. Что является основным параметром, определяющим степень мышечного напряжения?
17. Опишите механизм мышечного сокращения. Какую функцию выполняют миофибриллы?
18. Опишите основные пути ресинтеза АТФ.
19. Что такое регуляция дыхания? Каковы особенности дыхания в условиях физической нагрузки?
20. Расскажите о функциях ЦНС. Как они меняются или не меняются с возрастом?
21. Основное о назначении метаболизма человека.
22. Дайте определения понятиям вена, артерия, венозная кровь, артериальная кровь.
23. Каковы задачи и направления развития общей биомеханики движений человека ?
24. Что такое рычаги первого рода? Приведите пример рычага 1-го рода в биомеханике?
25. Расскажите о двигательном понятии сила?
26. Расскажите о двигательном понятии выносливость? В чем отличие от силовой выносливости?
27. Перечислите виды специальной выносливости.
28. Что такое рычаги второго рода? Приведите пример рычага 2-го рода в биомеханике?
29. Что такое работа, мощность и энергия мышечного сокращения?
30. Какие мышцы осуществляют сгибание таза?
31. Расскажите, как делятся упражнения с точки зрения вовлеченных в работу мышц.
32. Опишите известные вам режимы работы мышц с точки зрения биомеханики. В каком режиме проявляется наибольшая сила мышц?
33. Опишите качественную разницу между понятием сила и скорость с точки зрения биомеханики?
34. Расскажите о биомеханических особенностях упражнений в водной среде
35. Расскажите о периодизации тренировочного процесса
36. Какие вы знаете циклы тренировочного процесса? Чем они отличаются?
37. Расскажите о значении техники выполнения упражнений?
38. От чего зависит эффект выполняемых упражнений?
39. Назовите этапы разучивания двигательных действий.
40. Опишите роли и типы интервалов отдыха. Какие есть типы интервалов?
41. Опишите основные методики воспитания двигательно-координационных способностей.
42. Что такое собственно-силовые способности человека? Назовите методики их развития.
43. Каковы отличительные признаки упражнений, используемых в качестве основных средств воспитания двигательно-координационных способностей?
44. Расскажите про этапность разучивания упражнений.
45. Каково соотношение формы и содержания тренировочного занятия? В чем определяющая роль содержания занятия?
46. Какая разница в методиках воспитания скоростных и скоростно-силовых качествах человека? Дайте сравнения.
47. Расскажите про виды силовых упражнений.
48. Какие вы знаете методы строго регламентированного упражнения?
49. Каковы отличительные черты упражнений, используемых в качестве основных средств воспитания выносливости?
50. Расскажите какие вы знаете тренажерные устройства для воспитания скоростно-силовых способностей.

- 51.Расскажите о форме и содержании тренировочного занятия. Каково должно быть соотношение?
- 52.Назовите формы и типы выносливости.
- 53.Укажите виды и методы контроля тренировочных занятий.
54. Специфика целей и задач формирования личности в процессе занятий оздоровительным фитнесом.
55. Концепции профессионально-педагогической компетентности и мастерства специалиста в области физической культуры и спорта.
56. Педагогический авторитет и его показатели.
57. Педагогическая культура специалиста: двигательная и речевая культура (основные составляющие компоненты).
- 58.Индивидуальный стиль деятельности педагога (персонального тренера, инструктора по фитнесу).
- 59.Причины профессиональной некомпетентности специалиста в сфере физической культуры и спорта (на примере инструктора или персонального тренера).
60. Сочетание методов обучения и воспитания в учебно-тренировочном занятии в оздоровительном фитнесе.
61. Целеполагание как ведущий компонент педагогической деятельности в физической культуре и спорте.
62. Структурные компоненты воспитательного процесса.
63. Факторы, определяющие выбор методов и методических приемов при обучении и воспитании.
64. Особенности реализации принципов обучения в оздоровительном фитнесе.
65. Особенности построения учебно-тренировочного процесса в различные возрастные периоды в оздоровительном фитнесе.
66. Особенности формирования интереса к систематическим занятиям оздоровительным фитнесом у различных возрастных категорий.
67. Характеристика коллектива и его основные функции при занятиях оздоровительным фитнесом.
68. Стили руководства спортивной группой и их эффективность.
69. Основные направления педагогической работы с различными возрастными и социальными категориями населения при занятиях оздоровительным фитнесом.
70. Специфика педагогического взаимодействия с детьми, имеющими ограниченными возможностями.
71. Специфика физкультурно-оздоровительной работы с детьми различного возраста.
- 72.Расскажите об основных задачах врачебного-профессионального контроля (ВПК) в современном фитнес-клубе.
- 73.Расскажите о Гарвардском степ-тесте и для чего он предназначен. Какие современные технологии помогают его использовать?
- 74.Какие тесты функционального состояния организма вы знаете? Как их можно классифицировать?
- 75.Опишите основные методы ВПК. Как их можно применять?
- 76.Как вы охарактеризуете важность самоконтроля при физических упражнениях? Каковы его методики?
- 77.Какова разница между медицинской и физической реабилитацией? Какие методики физической реабилитации вы знаете?
- 78.Какие современные технологические средства вы знаете для отслеживания ЧСС ? Почему важен контроль данного параметра при тренировке?
- 79.Что такое проба Летунова? Как её можно применять в программах современных фитнес-тренировок?
- 80.Что такое тест RWC_{170} ?Какова его важность для ВПК ?
- 81.Каково правильное соотношение ИВЛ/массаж сердца при проведении реанимации?

- 82.Какие питательные вещества обладают наибольшей энергетической ценностью? Какие наименьшей? Почему?
- 83.Что является основным параметром, определяющим суточную калорийность рациона?
- 84.Назовите основные виды услуг фитнес организации.
- 85.Проведите анализ мероприятий рекламно-информационного характера фитнес организации.
- 86.Раскройте нормативно-правовые основы управления физической культурой.
- 87.Раскройте понятия и аспекты качества фитнес-услуг.
- 88.Раскройте понятия: современный фитнес, аэробика.
- 89.Опишите содержание и целевую направленность групповых программ силовой направленности.
- 90.Опишите содержание и целевую направленность групповых программ кардио направленности.
- 91.Опишите концепцию и принципы групповых занятий силовой направленности.
- 92.Опишите групповые занятия в фитнесе циклической направленности по типу “Spinning”. Опишите структуру урока.
- 93.Опишите положительные стороны проведения занятий по типу Pilates в фитнес клубе
- 94.Опишите особенности проведения групповых фитнес-занятий с использованием малого оборудования: фитбол, резиновые амортизаторы, аэробные гантели (на выбор)
- 95.Какие виды тренажерных устройств вы знаете? Чем они отличаются?
- 96.Каковы меры безопасности и чем обусловлена эффективность работы с грузоблочными тренажерами?
- 97.Каковы меры безопасности и чем обусловлена эффективность работы с тренажерами, нагружаемыми дисками?
- 98.Каковы меры безопасности и чем обусловлена эффективность работы со свободными весами?
- 99.Расскажите о видах кардиотренажеров, которые вы знаете. Каковы их отличия?
100. Назовите 10 базовых элементов аквааэробики. Разделите их по элементам мелкой и глубокой воды.
101. Темпы выполнения движений в аквааэробике. Уровни ударности.
- 102.Оборудование для занятий аквафитнесом, направленное на проработку различных мышечных групп.
- 102.Расскажите об основных возрастных периодах развития детей согласно Л.С.Выготскому и Д.Б.Эльконину
- 103.Как меняется организм ребенка с анатомической точки зрения периоде «раннее детство»?
- 104.Каковы физиологические особенности детей дошкольного возраста?
- 105.Что такое ведущая деятельность в возрастной психологии? Как она влияет на развитие ребенка?
- 106.Каковы анатомо-физиологические и психологические особенности детей школьного возраста?
- 107.В чём особенности детского фитнеса как программы в рамках физической культуры? Каковы его цели и задачи?

Из перечня вопросов к итоговому аттестационному экзамену составляются билеты для проведения ИАЭ, которые утверждаются директором ИДО не позднее, чем за две недели до проведения экзаменов на основе данной программы ИА.

2.5. Критерии оценки результатов сдачи ИАЭ

По результатам сдачи ИАЭ:

Оценка **«отлично»** выставляется слушателю, сформулировавшему полные и правильные ответы на все задания экзаменационного билета, логично структурировавшему и изложившему материал. При этом слушатель должен показать знание литературы, установленной программой ИА.

Для получения отличной оценки слушателю необходимо продемонстрировать умение обозначить проблемные вопросы в соответствующей области знаний, проанализировать их и предложить варианты решений, дать исчерпывающие ответы на уточняющие и дополнительные вопросы членов итоговой аттестационной комиссии.

Оценка **«хорошо»** выставляется слушателю, который дал полные правильные ответы на задания экзаменационного билета с соблюдением логики изложения материала, но допустил при ответе отдельные неточности, не имеющие принципиального характера, то есть не искажающие смысл обсуждаемых положений, а также научных концепций, продемонстрировал умение логически мыслить и формулировать свою позицию по проблемным вопросам.

Оценка **«хорошо»** может выставляться слушателю, недостаточно четко и полно ответившему на уточняющие и дополнительные вопросы членов итоговой аттестационной комиссии.

Оценка **«удовлетворительно»** выставляется слушателю, показавшему неполные знания, допустившему ошибки и неточности при ответе на задания экзаменационного билета, продемонстрировавшему неумение логически выстроить материал ответа и сформулировать свою позицию по проблемным вопросам. При этом хотя бы по одному из заданий ошибки не должны иметь принципиального характера.

Слушатель, ответ которого оценивается «удовлетворительно», должен знать основные положения, относящиеся к заданиям экзаменационного билета, опираться в своем ответе на литературу, предусмотренную программой ИА.

Оценка **«неудовлетворительно»** выставляется слушателю, если он не дал ответа хотя бы по одному заданию экзаменационного билета; дал неверные, содержащие фактические ошибки ответы на все вопросы; не смог ответить на дополнительные и уточняющие вопросы членов итоговой аттестационной комиссии; опирался в ответе на устаревшие источники информации.

Неудовлетворительная оценка выставляется слушателю, отказавшемуся отвечать на задания билета, а также слушателю, который во время подготовки к ответу пользовался запрещенными материалами (средствами мобильной связи, иными электронными средствами, шпаргалками и т.д.) и данный факт установлен членами итоговой аттестационной комиссии.

2.6. Перечень рекомендуемой литературы для подготовки к ИАЭ и его информационное обеспечение

а) Основная литература:

- 1.Анатомия человека [Электронный ресурс] : прогр. дисциплины для слушателей, обучающихся по прогр. проф. подгот. : направление подгот. 44.03.01 : профиль подгот. "Физ. культура": формы обучения - оч., заоч. : утв. и рек. ЭМС ИТРРиФ ФГБОУ ВО
2. Самусев Р.П., Липченко В.Я. Анатомия человека. Учебник для высших учеб. завед. - М: Медицина, 2007
- 3.Маркетинг. Менеджмент: экспресс-курс / Ф. Котлер, К. Л. Келлер. - Санкт-Петербург [и др.]: Питер: Мир книг, 2012. - 479 с.
- 4.Конова Т. Менеджмент спортивных и физкультурно-оздоровительных организаций. Повышение эффективности организаций физкультуры и спорта.- М: Омега-Л, 2017. – 286 с.
- 5.Тхоревский В.И. Физиология человека. М. ФиС 2001

6. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности "Физ. культура": рек. УМО по специальностям пед. образования / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - 8-е изд., стер. - М.: Academia, 2010.
7. Практикум по биомеханике: Учебное пособие для институтов физической культуры / Под ред. И. М. Козлова. - М.: ФиС, 1980.
8. Макарова Г.А. Спортивная медицина: Учебник. - М.: Советский спорт, 2003. - 480 с: ил.
9. Педагогика физической культуры: учеб. для студентов высш. учеб. заведений, обучающихся по направлению "Физ. культура": рек. Учеб.-метод. объединением по образованию / под ред. С.Д. Неверковича. - 3-е изд., стер. - М.: Academia, 2014. - 362 с.: ил.
10. Лисицкая Т.С., Сиднева Л.В. Аэробика. 2 тома / Т.С. Лисицкая, Л.В. Сиднева. - М.: Федерация аэробики России, 2002. - 450 с.
11. Аэробика. Теория и методика проведения занятий: учебное пособие для студентов вузов физической культуры. Под ред. Е.Б.Мякиненко и М.П.Шестакова. М.: СпортАкадемПресс, 202, 304с.

б) Дополнительная литература:

1. Ким Н. Фитнес: учебник/ Наталья Ким, Михаил Дьяконов. - М.: Сов. Спорт, 2006. - 453 с.
2. Эдвард Т. Хоули, Б.Дон Френкс Руководство инструктора оздоровительного фитнеса. - Киев: Олимпийская литература, 2004. - 317с
3. Котлер, Ф. Основы маркетинга: краткий курс: [перевод с английского] / Филип Котлер. - Москва [и др.]: Вильямс, 2012. - 488 с.
4. Максименко А.М. Теория и методика физической культуры: учебник для студентов вузов физической культуры и спорта / А.М. Максименко.- М.: Физическая культура, 2005.
5. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры: учебник для институтов физической культуры / Л. П. Матвеев.-М.: Физкультура и спорт: СпортАкадемПресс, 2008.
6. Карпушин Б.А. Педагогика физической культуры и спорта: учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлению 032100: рек. Умо высш. учеб. заведений РФ по образованию в обл. физ. культуры / Б.А. Карпушин; Федер. гос. образоват. учреждение высш. проф. образования "Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, С.-Петербург.". - СПб.: [Олимп-СПб], 2010. - 295 с.
7. Сиднева Л.В., Гониянц С.А. Оздоровительная аэробика и методика ее преподавания: учебно-методическое пособие.- М.: Тривант., 2000.- 74с
8. Левченкова, Т.В. Концепция развития детского фитнеса в России / Т.В. Левченкова // Сборник трудов ученых РГУФКСиТ: материалы науч. конф. профессор.-преподават. и науч. состава РГУФКСиТ (Москва, 25-27 февр. 2009 г.) / Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2009.
9. Левченкова, Т.В. Методика построения детских фитнес-программ / Т.В. Левченкова // Сборник трудов ученых РГУФКСиТ : материалы науч. конф. проф.-преподават. и науч. состава РГУФКСиТ (Москва, 20-22 февр.2008 г.) / Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2009.
10. Шаповаленко И.В. Возрастная психология (Психология развития и возрастная психология). — М.: Гардарики, 2005
11. Левченкова, Т.В. Профессиональные педагогические качества инструктора по детскому фитнесу / Левченкова Т.В. // Спортивный психолог. - 2014.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://lib.sportedu.ru>
2. www.academy-fit.ru
3. <https://uchi-fitness.ru>
4. <https://fitness-pro.ru>
5. <http://fitnessexpert.com/>

2.7. Процедура проведения ИАЭ

Итоговый аттестационный экзамен проводится на заключительном этапе учебного процесса.

Перед экзаменом проводится консультирование обучающихся по вопросам, включенным в данную Программу.

ИАЭ проводится на открытом заседании итоговой аттестационной комиссии. ИАЭ проводится на том языке, на котором была реализована ДПП ПП.

Обучающимся и лицам, привлекаемым к проведению итоговой аттестации, во время проведения ИАЭ запрещается иметь при себе и использовать технические средства связи.

Обучающемуся на экзамене предоставляются листы бумаги со штампом ИДО.

Обучающиеся получают экзаменационный билет, после чего при проведении устного экзамена экзаменуемому предоставляется 1 час для подготовки ответа. На вопросы билета слушатель отвечает публично. Члены итоговой аттестационной комиссии вправе задавать дополнительные вопросы с целью выявления глубины знаний, умений, владений слушателей по рассматриваемым темам. Продолжительность устного ответа на вопросы билета не должна превышать 30 минут.

После заслушивания ответов на вопросы экзаменационных билетов всех обучающихся группы, комиссия принимает решение и выставляет отметки. Результаты ИАЭ объявляются в день его проведения всей группе после окончания экзамена.

2.8. Рекомендации обучающимся по подготовке к ИАЭ.

Подготовку к сдаче ИАЭ необходимо начать с ознакомления с перечнем вопросов, выносимых на ИАЭ. При подготовке ответов необходимо пользоваться рекомендованной основной и дополнительной литературой, представленной в п. 2.6 программы итоговой аттестации.

Во время подготовки к ИАЭ рекомендуется, помимо лекционного материала, учебников, рекомендованной литературы просмотреть также выполненные в процессе обучения задания для индивидуальной и самостоятельной работы.

В процессе подготовки ответа на вопросы необходимо учитывать изменения, которые произошли в профессиональной сфере, увязывать теоретические проблемы с практикой сегодняшнего дня.

Обязательным является посещение консультаций, которые проводятся перед ИАЭ.