



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
НЕКВАЛИФИРОВАННОЙ  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ИНФОРМАЦИЯ О СЕРТИФИКАТЕ

S/N: 23D1633212

Владелец: Кулешин Максим Георгиевич

Должность: И.о. ректора

E-mail: kuleshin.mg@sspi.ru

Организация: ГБОУ ВО СГПИ

Дата подписания: 19.05.2023

Действителен: с 04.05.2023 до 04.05.2026

## АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### Оздоровительный фитнес

(наименование учебной дисциплины)

Блок: вариативный (Б1.В)

#### 1. Цель и задачи дисциплины

Цель: Цель дисциплины «Оздоровительный фитнес» является формирование универсальных и профессиональных компетенций, подготовка квалифицированного специалиста, обладающего пониманием оздоровительного, образовательного и воспитательного значения физических упражнений на организм и личность занимающегося, формирование основ организации физкультурно-спортивной деятельности.

Задачи дисциплины:

- формирование знаний, умений и навыков в области оздоровительного фитнеса, готовности к применению их в практической деятельности;
- владение необходимыми знаниями, умениями и навыками в области оздоровительных технологий в физкультурной деятельности;
- создание позитивного отношения к профессиональной педагогической деятельности в области обучения основам оздоровительного фитнеса и тренировки;
- изучение принципов и форм практической работы с различным контингентом занимающихся;
- обучение студентов способам творческого применения оздоровительной аэробики и фитнес тренировки в практической педагогической деятельности.

#### 2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина "Оздоровительный фитнес" входит в , код: Б1.В.ДВ.02.

#### 3. Требования к результатам освоения содержания дисциплины

Изучение дисциплины "Оздоровительный фитнес" направлено на формирование у обучающихся индикаторов установленных компетенций:

**ПК-7 Способен проектировать индивидуальные образовательные маршруты обучающихся по преподаваемым учебным предметам**

**УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности**

#### 4. Структура дисциплины

**Общая трудоемкость дисциплины.**

3 зачетные (-ых) единицы (-ы) (108 ч.), включая промежуточную аттестацию.

**Формы контроля.**

Экзамен

<b>Содержание дисциплины.</b>