


Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Вятский государственный университет»

УТВЕРЖДАЮ
Начальник Управления
дополнительного образования
 Курагина К.А.
« 12 »  2022 г.

ПРОГРАММА ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ
дополнительной профессиональной программы –
программы повышения квалификации
«Тренер по фитнесу »

Киров, 2022

Итоговая аттестация проводится в форме зачета.

Зачет представляет собой итоговое испытание по профессионально-ориентированным проблемам, устанавливающим соответствие подготовленности выпускников требованиям ДПП.

Зачет проводится с целью проверки уровня и качества профессиональной подготовки слушателей, предусмотренных профессиональным стандартом и квалификационными характеристиками.

Зачет позволяет выявить и оценить уровень сформированности компетенций у выпускника для решения профессиональных задач, готовность к новым видам профессиональной деятельности.

Перечень проверяемых результатов обучения

Виды деятельности	Профессиональные компетенции	Практический опыт	Умения	Знания
ВД I Тренерская	ПК 1 - Составление индивидуальных и групповых программ населению, в том числе с разработкой частоты, интенсивности, продолжительности, вида и структуры занятий, включая использование фитнес-технологий и принципа периодизации по фазам фитнес-тренировок (коррекция мышечных, суставных, нервных и биохимических функциональных нарушений);- развитие выносливости и функционального диапазона движений;- базовое развитие мышечной системы; развитие диапазона движений.	Выявлять проблемы в организации работы, фитнес клубов, предлагать мероприятия по внедрению современных методик; разрабатывать комплексные групповые и индивидуальные программы населению	Использовать принцип регламентации нагрузок и адекватности их применения, дозировать физическую нагрузку и применять методы ее последовательного изменения по фазам фитнес-тренировок, подбирать физические упражнения для сбалансированного развития мышечных групп и систем организма человека, учитывать обстоятельства обратимости (снижения) результатов	Медико-биологических основ фитнеса, физиологии человека, теории и методики спортивной тренировки, противопоказаний к занятиям физической культурой и/или по направлениям / видам фитнеса, возрастных особенностей человека, классификацию фитнес-технологий и их применение для разработки индивидуальных программ

	<p>стабильности, эластичности, мощности и функциональной силы; развитие подвижности и физическое развитие, адаптированное к образу жизни; направленное атлетическое развитие), разработка программ для самостоятельных занятий по фитнесу; самопрезентация и проведение с населением ознакомительных занятий по фитнесу с пояснением элементов физической нагрузки во время разминки, основной части занятия, заминки</p>		<p>при планировании индивидуальных фитнес-тренировок, планировать занятия по фитнесу на основе баланса результативности занятий и их безопасности для человека</p>	
	<p>Способность к изучению данных о населении, противопоказаний к занятиям физической культурой и/или по направлениям / видам фитнеса; к определению факторов риска занятий фитнесом; тестирование неинвазивными методами текущего физического состояния человека, оценка физического состояния и определение сильных и слабых сторон физического</p>	<p>Пользоваться контрольно-измерительными приборами; использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся</p>	<p>Обеспечить психолого-методическую поддержку занимающихся в различные периоды; пользоваться информационными технологиями и средствами связи.</p>	<p>Медицинских, возрастных и психофизических требований к лицам, занимающимся фитнесом; методов измерения и фиксации результатов фитнес-тестирования</p>

	развития и подготовленности человека по компонентам системы фитнеса			
--	---	--	--	--

Примерные задания к итоговому зачету

На зачете обучающиеся представляют разработанный проект занятия по следующим направлениям на выбор: аэробика, степ - аэробика, стрейчинг, восточные танцы. Занятие должно удовлетворять следующим требованиям: средства и методы соответствуют выбранным направлениям, программа имеет трехчастную структуру (подготовительная, основная и заключительная части), презентация методически грамотно оформлена.

Критерии оценивания

Оценка за зачет является интегрированной и включает в себя оценку уровня освоения всех компетенций, формируемых в ходе изучения ДПП. Оценка соответствует уровню освоения компетенций: пороговый, продвинутый, высокий. Результаты итоговой аттестации определяются по системе: «зачтено», «не зачтено».

Оценки «зачтено» заслуживает слушатель, который представил дизайн занятия по выбранному направлению фитнеса с соблюдением следующих требований: средства и методы соответствуют выбранным направлениям, программа имеет трехчастную структуру (подготовительная, основная и заключительная части), презентация методически грамотно оформлена. Практическое задание выполнено в полном соответствии с требованиями ДПП. Слушатель демонстрирует сформированность компетенций в сфере профессиональной деятельности

Оценки «не зачтено» заслуживает слушатель, выполнивший практическое задание, не соответствующее требованиям ДПП. Слушатель демонстрирует несформированность компетенций в сфере профессиональной деятельности.