

ПОРЯДОК ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

З дисципліни «Оздоровчий фітнес»

Рівень вищої освіти «бакалавр»

спеціальність

017 Фізична культура і спорт

Денна форма навчання

МОДУЛЬ 1.				
Оздоровчий фітнес				
Змістовий модуль 1. Загальні основи фітнесу				
	Самостійна робота. Реферат: Загальні основи фітнесу	Студентові необхідно проаналізувати різновиди оздоровчого фітнесу, їх характеристику, історію виникнення, засоби і методи проведення.	0-10	Під час вивчення змістового модуля
6	Музичне та термінологічне забезпечення занять з базової аеробіки.	Студентові необхідно продемонструвати навички розробки та виконання з групою під музичний супровід комплексу вправ з базової аеробіки. Чітко вести підрахунок.	0-20	Наприкінці змістового модуля
Модуль 2. Змістовий модуль 2. Особливості структури програми з танцювальної аеробіки.				
8	Структура побудови оздоровчо-тренувальної програми (уроку) з танцювальної аеробіки. Проведення однієї	Студентові необхідно продемонструвати навички проведення з групою вправ з різних видів оздоровчого фітнесу.		Наприкінці змістового модуля

	частини оздоровчо - тренувального заняття 3 танцювальної - аеробіки, степ-аеробіки, фанк-аеробіки, силового фітнесу, змагальної вправи.		0-15 0-15 0-10 0-10 0-20	
Загальна кількість балів			100	