**Методи контролю та система оцінювання навичок студентів з навчальної дисципліни «Сучасні фітнес-технології»**

1. Спостереження за навчальною діяльністю студентів.
2. Усне опитування.
3. Письмовий контроль.
4. Перевірка практичної підготовки студентів, їхніх умінь і навичок.
5. Тестування.
6. **Розподіл балів, які отримують студенти**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Поточний контроль знань | Залік | Сума |
| Контрольний модуль 1 | Контрольний модуль 2 | Самостійна робота | 20 | 100 |
| Змістовий модуль 1 | Змістовий модуль 2 | Змістовий модуль 3 | Змістовий модуль 4 | 20 |
| 15 | 15 | 15 | 15 |

1. **Розподіл балів за видами роботи та формами контролю.**

За виконання наступних розділів навчальної роботи студент отримає такі бали:

Відвідування практичного заняття – 1 б.

Наявність конспекту на практичному занятті – 0,5 б.

Складання практичних нормативів:

* основні кроки базової аеробіки від 1 б. до 5 б;
* основні кроки степ-аеробіки від 1 б. до 5 б;
* танцювальна зв'язка базової аеробіки на 128 рахунків від 1 б. до 5 б;
* танцювальна зв'язка степ-аеробіки на 128 рахунків від 1 б. до 5 б;
* скласти та виконати танцювальну зв'язку базової аеробіки на 64 рахунки від 1 б. до 5 б;
* скласти та виконати танцювальну зв'язку степ-аеробіки на 64 рахунки від 1 б. до 5 б;
* проведення заняття з базової та степ-аеробіки від 2 б. до 10 б.

Виконання домашнього завдання – від 0,5 б. до 2,5 б.

Самостійна робота – від 1 б. до 4 б. за кожне завдання.

Активна робота на практичному занятті – додатково від 0,5 б. до 1 б.