

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**федеральное государственное автономное
образовательное учреждение высшего образования
«Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет
им. Н.И. Лобачевского»**

Факультет физической культуры и спорта

УТВЕРЖДЕНО
решением Ученого совета ННГУ
протокол № 10 от 02.12.2024 г.

Рабочая программа дисциплины

Фитнес-менеджмент

Уровень высшего образования
Бакалавриат

Направление подготовки / специальность
49.03.03 - Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм

Направленность образовательной программы
Организация активного отдыха, фитнес и спортивно-оздоровительный туризм

Форма обучения
очная

г. Нижний Новгород

2025 год начала подготовки

1. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина Б1.В.13 Фитнес-менеджмент относится к части, формируемой участниками образовательных отношений образовательной программы.

2. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы (компетенциями и индикаторами достижения компетенций)

| Формируемые компетенции (код, содержание компетенции) | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), в соответствии с индикатором достижения компетенции | | Наименование оценочного средства | |
|---|---|---|------------------------------------|-------------------------------|
| | Индикатор достижения компетенции (код, содержание индикатора) | Результаты обучения по дисциплине | Для текущего контроля успеваемости | Для промежуточной аттестации |
| ПК-7: Способен обеспечивать ресурсное обеспечение рекреационной, физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности | <p>ПК-7.1: Знает: - основы ресурсного обеспечения деятельности в области рекреации, физической культуры, спорта и туризма</p> <p>ПК-7.2: Умеет: - обеспечивать ресурсное обеспечение рекреационной, физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности</p> <p>ПК-7.3: Имеет опыт: - определения необходимого ресурсного обеспечения рекреационной, физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности</p> | <p>ПК-7.1: Знать: требования, предъявляемые к тренерам тренажерного зала, особенности инструктажей на рабочем месте</p> <p>ПК-7.2: Умеет: реализовывать различные организационные формы в процессе обучения физической культуре</p> <p>ПК-7.3: Владеть: Навыками работы с персоналом, основами проведения фитнес-тренировок</p> | Практическое задание | Зачёт: Доклад-презентация |
| ПК-9: Способен в рамках должностных функций работать с финансово-хозяйственной документацией в сфере физической рекреации и фитнеса, санаторно-курортного комплекса и туризма | <p>ПК-9.1: Знает: - состав и содержание финансово-хозяйственной документации организации физкультурно-спортивной, рекреационной и туристско-краеведческой направленности</p> <p>ПК-9.2: Умеет: - работать с финансово- хозяйственной документацией, анализировать и интерпретировать финансовую и иную информацию,</p> | <p>ПК-9.1: Знать: - основы фитнес-менеджмента (планирование, организация, координация, мотивация, контроль); требования предъявляемые к тренерам в фитнес залах</p> <p>ПК-9.2: Уметь: - организовывать работу тренажерного зала, осуществлять подбор необходимого инвентаря,</p> | Практическое задание | Зачёт: Контрольные вопросы |

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | <p>содержащуюся в отчетности организаций различных форм собственности и использовать полученные сведения для принятия управленческих решений; - определять ценовую политику на платные физкультурно-спортивные услуги в порядке, установленном нормативными правовыми актами, требованиями вышестоящей организации (собственника), уставом или положением о структурном подразделении.</p> <p>ПК-9.3: Умеет: - формировать туристский продукт, описывать факторы развития туризма и рекреации различных социально-демографических групп населения и туристов; - строить модель продвижения туристского продукта и циклов оздоровительно-рекреационного обслуживания.</p> | <p>составлять необходимые инструктажи и проводить их</p> <p>ПК-9.3: Владеть: - навыками закупки необходимого инвентаря для спортивного зала, навыками проведения фитнес-тренировок</p> | | |
|--|--|--|--|--|

3. Структура и содержание дисциплины

3.1 Трудоемкость дисциплины

| | |
|--|--------------|
| | очная |
| Общая трудоемкость, з.е. | 2 |
| Часов по учебному плану | 72 |
| в том числе | |
| аудиторные занятия (контактная работа): | |
| - занятия лекционного типа | 16 |
| - занятия семинарского типа (практические занятия / лабораторные работы) | 16 |
| - КСР | 1 |
| самостоятельная работа | 39 |
| Промежуточная аттестация | 0 |
| | Зачёт |

3.2. Содержание дисциплины

(структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и виды учебных занятий)

| Наименование разделов и тем дисциплины | Всего (часы) | в том числе | | | |
|---|-----------------|--|--|-------------|---|
| | | Контактная работа (работа во взаимодействии с преподавателем), часы из них | | | Самостоятельная работа обучающегося, часы |
| | | Занятия лекционного типа | Занятия семинарского типа (практические занятия/лабораторные работы), часы | Всего | |
| | 0 ф 0 | 0 ф 0 | 0 ф 0 | 0 ф 0 | 0 ф 0 |
| Тема 1. Основы менеджмента. Планирование. Организация. Координация. Мотивация. Контроль | 14 | 3 | 3 | 6 | 8 |
| Тема 2. Оборудование тренажерного зала. Вентиляция | 14 | 3 | 3 | 6 | 8 |
| Тема 3. Сервис и услуги фитнес-клуба | 14 | 3 | 3 | 6 | 8 |
| Тема 4. Увеличение продаж в фитнес-департаменте | 15 | 4 | 4 | 8 | 7 |
| Тема 5. Ключевые показатели работы и их целевые ориентиры в зависимости от ценового сегмента клуба. | 14 | 3 | 3 | 6 | 8 |
| Аттестация | 0 | | | | |
| КСР | 1 | | | 1 | |
| Итого | 72 | 16 | 16 | 33 | 39 |

Содержание разделов и тем дисциплины

Тема 1. Основы менеджмента. Планирование. Организация. Координация. Мотивация. Контроль. В данной теме рассматривается организационная структура фитнес-клуба, функции фитнес-менеджера. Также рассматривается состояние фитнес-индустрии на текущий момент, крупнейшие операторы фитнес-клубов в России и в мире, тренды на текущий год.

Тема 2. Оборудование тренажерного зала. Вентиляция. ГОСТы. В данной теме рассматривается, как должен быть обустроен и обслуживаться фитнес-клуб в зависимости от ценового сегмента.

Тема 3. Сервис и услуги фитнес-клуба. Рассматриваются стандарты качества оказания фитнес-услуг.

Тема 4. Увеличение продаж в фитнес-департаменте. Инструменты маркетинга. В данной теме рассмотрено, как фитнес-менеджер может увеличить прибыль фитнес-клуба.

Тема 5. Ключевые показатели работы (KPI) и их целевые ориентиры в зависимости от ценового сегмента клуба.

4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Самостоятельная работа обучающихся включает в себя подготовку к контрольным вопросам и заданиям для текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины приведенным в п. 5.

Для обеспечения самостоятельной работы обучающихся используются:

Электронные курсы, созданные в системе электронного обучения ННГУ:

Иные учебно-методические материалы:

Самостоятельная работа является наиболее деятельным и творческим процессом, который выполняет ряд дидактических функций: способствует формированию диалектического мышления, вырабатывает высокую культуру умственного труда, совершенствует способы организации познавательной деятельности, воспитывает ответственность, целеустремленность, систематичность и последовательность в работе студентов, развивает у них бережное отношение к своему времени, способность доводить до конца начатое дело. В рамках дисциплины «Фитнес-менеджмент» используются следующие виды самостоятельной работы:

1. Изучение понятийного аппарата дисциплины

Вся система индивидуальной самостоятельной работы должна быть подчинена усвоению понятийного аппарата, поскольку одной из важнейших задач подготовки современного грамотного специалиста является овладение и грамотное применение профессиональной терминологии. Лучшему усвоению и пониманию дисциплины помогут различные энциклопедии, словари, справочники и другие материалы, указанные в списке литературы.

2. Изучение тем самостоятельной подготовки по учебно-тематическому плану

Такой подход вырабатывает у студентов инициативу, стремление к увеличению объема знаний, выработке умений и навыков всестороннего овладения способами и приемами профессиональной деятельности.

3. Работа над основной и дополнительной литературой

Изучение рекомендованной литературы следует начинать с учебников и учебных пособий, затем переходить к нормативно-правовым актам, научным монографиям и материалам периодических изданий. Конспектирование – одна из основных форм самостоятельного труда, требующая от студента активно работать с учебной литературой и не ограничиваться конспектом лекций. Вариантом работы с учебной литературой может быть составление mind-тар по основным терминам, изученным в рамках курса.

4. Самоподготовка к практическим занятиям

При подготовке к практическому занятию студент должен быть готов последовательно излагать свои мысли и аргументировано их отстаивать.

Одно из заданий – подготовка обзора выбранного студентом типа тренажерного зала и описание комплекса работ по успешной организации спортивной деятельности в нем. Весьма презентабельным вариантом выступления следует считать его подготовку в среде Power Point, что существенно повышает степень визуализации, а, следовательно, доступности, понятности материала и заинтересованности аудитории к результатам научной работы студента.

5. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

5.1 Типовые задания, необходимые для оценки результатов обучения при проведении текущего контроля успеваемости с указанием критериев их оценивания:

5.1.1 Типовые задания (оценочное средство - Практическое задание) для оценки сформированности компетенции ПК-7:

Анализ фитнес-клуба и разработка управленческих рекомендаций

Цель задания: Научиться анализировать деятельность фитнес-клуба, выявлять сильные и слабые стороны, а также разрабатывать рекомендации для улучшения управления.

Задание:

1. Выбор фитнес-клуба:

- Выберите реальный фитнес-клуб для анализа. Укажите его название, местоположение и основные услуги.

2. Анализ клуба:

- Организационная структура: Опишите организационную структуру клуба, кто отвечает за какие функции (тренеры, администраторы, маркетологи и т.д.).

- Планирование услуг: Какие услуги предлагает клуб? Каковы их преимущества и недостатки? Например, тренировки, групповые занятия, wellness-программы и т.д.

- Анализ клиентов: Определите целевую аудиторию клуба. Кто основные клиенты (возраст, пол, интересы)? Как клуб привлекает и удерживает клиентов?

3. Оценка маркетинга:

- Проанализируйте маркетинговые стратегии клуба. Как клуб продвигает свои услуги? Какие рекламные каналы используются (социальные сети, сайты, акции и т.д.)?

- Оцените успешность этих стратегий. На что стоит обратить внимание для улучшения?

4. Финансовый аспект:

- Опишите основные финансовые показатели клуба. Каковы примерные доходы и расходы (аренда, зарплаты, оборудование, реклама)?

- Проведите SWOT-анализ (сильные и слабые стороны, возможности и угрозы) для выработки управленческих решений.

5. Разработка рекомендаций:

- На основе проведенного анализа разработайте 3-5 рекомендаций для улучшения работы клуба. Укажите, как ваши предложения помогут достичь поставленных целей клуба и улучшить качество предоставляемых услуг.

6. Презентация результатов:

- Подготовьте краткую презентацию (5-7 слайдов) с основными выводами вашего анализа и рекомендациями. Презентуйте свои результаты на занятии.

5.1.2 Типовые задания (оценочное средство - Практическое задание) для оценки сформированности компетенции ПК-9:

Практическое задание: Анализ ценовых сегментов и целевой аудитории фитнес-клубов

Цель задания: Изучить различные ценовые сегменты фитнес-клубов и определить целевую аудиторию для каждого сегмента.

Задание:

1. Исследование:

Выберите три фитнес-клуба в вашем городе, представляющих разные ценовые сегменты: эконом, средний и премиум. Соберите информацию о каждом клубе, включая:

- Цены на абонементы и услуги.
- Перечень предлагаемых услуг и удобств.
- Описание целевой аудитории (возраст, пол, уровень дохода, интересы и т.д.).

2. Анализ:

- Проанализируйте собранные данные и определите, какие факторы влияют на выбор ценового сегмента для каждого клуба.
- Определите, какие маркетинговые стратегии используются для привлечения целевой аудитории в каждом сегменте.

3. Презентация:

- Подготовьте презентацию (10-15 слайдов), в которой представите результаты вашего исследования и анализа.
- Включите графики и таблицы для наглядности.

- Обсудите, как фитнес-клубы могут адаптировать свои предложения для улучшения привлечения и удержания клиентов в зависимости от ценового сегмента.

4. Заключение:

- Напишите краткое заключение (1-2 страницы), в котором подведете итоги вашего анализа и предложите рекомендации для фитнес-клубов по улучшению их маркетинговых стратегий в зависимости от ценового сегмента и целевой аудитории.

Критерии оценивания (оценочное средство - Практическое задание)

| Оценка | Критерии оценивания |
|------------|--|
| зачтено | Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько негрубых ошибок. Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько несущественных ошибок. Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, без ошибок. Уровень знаний в объеме, превышающем программу подготовки |
| не зачтено | Отсутствие знаний теоретического материала. Невозможность оценить полноту знаний вследствие отказа обучающегося от ответа Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки. |

5.2. Описание шкал оценивания результатов обучения по дисциплине при промежуточной аттестации

Шкала оценивания сформированности компетенций

| Уровень сформированности компетенций (индикатора достижения компетенций) | плохо | неудовлетворительно | удовлетворительно | хорошо | очень хорошо | отлично | превосходно |
|--|---|---|--|---|---|--|--|
| | не зачтено | | зачтено | | | | |
| <u>Знания</u> | Отсутствие знаний теоретического материала. Невозможность оценить полноту знаний вследствие отказа обучающегося от ответа | Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки | Минимально допустимый уровень знаний. Допущено много негрубых ошибок | Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько негрубых ошибок | Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько несущественных ошибок | Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Ошибок нет. | Уровень знаний в объеме, превышающем программу подготовки. |

| | | | | | | | |
|---------------|--|--|--|---|--|---|--|
| <u>Умения</u> | Отсутствие минимальных умений. Невозможность оценить наличие умений вследствие отказа обучающегося от ответа | При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки | Продемонстрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, но не в полном объеме | Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания в полном объеме, но некоторые с недочетами | Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи. Выполнены все задания в полном объеме, но некоторые с недочетами | Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с отдельными и несущественными недочетами, выполнены все задания в полном объеме | Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи. Выполнены все задания, в полном объеме без недочетов |
| <u>Навыки</u> | Отсутствие базовых навыков. Невозможность оценить наличие навыков вследствие отказа обучающегося от ответа | При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки. Имели место грубые ошибки | Имеется минимальный набор навыков для решения стандартных задач с некоторыми недочетами | Продемонстрированы базовые навыки при решении стандартных задач с некоторыми недочетами | Продемонстрированы базовые навыки при решении стандартных задач без ошибок и недочетов | Продемонстрированы навыки при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов | Продемонстрирован творческий подход к решению нестандартных задач |

Шкала оценивания при промежуточной аттестации

| Оценка | | Уровень подготовки |
|------------|----------------------------|--|
| зачтено | превосходно | Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «превосходно», продемонстрированы знания, умения, владения по соответствующим компетенциям на уровне выше предусмотренного программой |
| | отлично | Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «отлично». |
| | очень хорошо | Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «очень хорошо» |
| | хорошо | Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «хорошо». |
| | удовлетворительно | Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «удовлетворительно», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «удовлетворительно» |
| не зачтено | неудовлетворительно | Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «неудовлетворительно». |
| | плохо | Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «плохо» |

5.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения на промежуточной аттестации с указанием критериев их оценивания:

5.3.1 Типовые задания (оценочное средство - Доклад-презентация) для оценки сформированности компетенции ПК-7

Требования: Объем реферата не менее 10 страниц без учета оформления.

Презентация от 7 слайдов, устный доклад не более 5-7 минут.

Темы для реферата:

1. Основы управления фитнес-клубом: структура и функции.
2. Маркетинг в фитнес-индустрии: стратегии привлечения клиентов.
3. Управление персоналом в фитнес-клубах: мотивация и обучение.
4. Технологии продаж услуг в фитнес-индустрии.
5. Роль CRM-систем в управлении фитнес-клубом.

Критерии оценивания (оценочное средство - Доклад-презентация)

| Оценка | Критерии оценивания |
|------------|--|
| зачтено | Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько негрубых ошибок. Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько несущественных ошибок. Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, без ошибок. Уровень знаний в объеме, превышающем программу подготовки |
| не зачтено | Отсутствие знаний теоретического материала. Невозможность оценить полноту знаний вследствие отказа обучающегося от ответа Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки. |

5.3.2 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции ПК-9

1. История развития современного фитнеса в России и в мире. Тренды в фитнес-индустрии на 2025 год. Определение фитнес, фитнес-центр, права и обязанности фитнес-центров (см. ФЗ «о физической культуре и спорте)
2. 7 правил поведения в конфликте. Стоп-слова при решении конфликтов с клиентами. Приведите пример наиболее часто встречающихся конфликтов в сфере фитнес-услуг.

3. Сегменты и компоненты индустрии фитнеса, сегментация по цене, видам оказываемых услуг и другим параметрам (приведите пример в Нижнем Новгороде)
4. Функции менеджмента (привести 2-3 примера касаясь фитнес-индустрии для каждой)
5. Основные профессии в сфере фитнеса, для которых разработаны профессиональные стандарты (примеры). Структура и функции профессионального стандарта.

Критерии оценивания (оценочное средство - Контрольные вопросы)

| Оценка | Критерии оценивания |
|------------|--|
| зачтено | Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько негрубых ошибок. Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько несущественных ошибок. Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, без ошибок. Уровень знаний в объеме, превышающем программу подготовки |
| не зачтено | Отсутствие знаний теоретического материала. Невозможность оценить полноту знаний вследствие отказа обучающегося от ответа. Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки. |

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

Основная литература:

1. Мелёхин Александр Владимирович. Менеджмент физической культуры и спорта : Учебник для бакалавриата и магистратуры / Мелёхин А. В. - Москва : Юрайт, 2019. - 479 с. - (Бакалавр и магистр. Академический курс). - ISBN 978-5-534-03037-2 : 889.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=565731&idb=0>.
2. Филиппов Сергей Сергеевич. Менеджмент физической культуры и спорта : Учебник для академического бакалавриата / Филиппов С. С. - 3-е изд. - Москва : Юрайт, 2019. - 212 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-07653-0 : 549.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=586372&idb=0>.

Дополнительная литература:

1. Алексеев Сергей Викторович. Спортивный менеджмент. Регулирование организации и проведения физкультурных и спортивных мероприятий : Учебник для студентов вузов, обучающихся по направлениям "Менеджмент организации", "Юриспруденция" и "Физическая культура и спорт"; Учебник / Московский гуманитарный университет; Московский государственный юридический университет им. О.Е. Кутафина; Уральский государственный юридический университет. - Москва : Издательство "ЮНИТИ-ДАНА", 2017. - 687 с. - ВО - Бакалавриат. - ISBN 978-5-238-02540-7., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?>

Action=FindDocs&ids=593302&idb=0.

2. Титов Владимир Николаевич. Теория и история менеджмента : Учебник и практикум для академического бакалавриата / Титов В. Н., Суханова Г. Н. - Москва : Юрайт, 2019. - 487 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-05725-6 : 1119.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=580488&idb=0>.

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы (в соответствии с содержанием дисциплины):

1. Сайт Министерства спорта РФ: <http://minsport.gov.ru/>
2. Сайт Олимпийского комитета России: <http://olympic.ru>
3. Спортивная электронная библиотека «Спортивное чтение»: <http://sportfiction.ru>

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных образовательной программой, оснащены мультимедийным оборудованием (проектор, экран), техническими средствами обучения, компьютерами.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду.

Программа составлена в соответствии с требованиями ОС ННГУ по направлению подготовки/специальности 49.03.03 - Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм.

Автор(ы): Хаченкова Ксения Юрьевна.

Рецензент(ы): Летягина Елена Николаевна, кандидат экономических наук.

Заведующий кафедрой: Летягина Елена Николаевна, кандидат экономических наук.

Программа одобрена на заседании методической комиссии от 23/01/2025, протокол № 6.