

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**

**Рабочая программа дисциплины**

**ФИТНЕС-МЕНЕДЖМЕНТ**

*(наименование дисциплины (модуля))*

Уровень высшего образования

**бакалавриат**

*(бакалавриат / магистратура / специалитет)*

Направление подготовки / специальность

**49.03.01 «Физическая культура»**

*(указывается код и наименование направления подготовки / специальности)*

Направленность образовательной программы

**Менеджмент и экономика в области физической культуры и спорта**

*(указывается профиль / магистерская программа / специализация)*

Форма обучения

**очная, заочная**

*(очная / очно-заочная / заочная)*

Нижний Новгород

2023 год

---

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Председатель МК

\_\_\_ 2023 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для  
исполнения в 2023-2024 учебном году на заседании кафедры

Протокол от \_\_\_ 20\_\_\_ г. № \_\_\_  
Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

---

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Председатель МК

\_\_\_ 20\_\_\_ г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для  
исполнения в 2023-2024 учебном году на заседании кафедры

Протокол от \_\_\_ 20\_\_\_ г. № \_\_\_  
Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

---

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Председатель МК

\_\_\_ 20\_\_\_ г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для  
исполнения в 2024-2025 учебном году на заседании кафедры

Протокол от \_\_\_ 20\_\_\_ г. № \_\_\_  
Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

---

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Председатель МК

\_\_\_ 20\_\_\_ г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для  
исполнения в 2025-2026 учебном году на заседании кафедры

Протокол от \_\_\_ 20\_\_\_ г. № \_\_\_  
Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

## 1. Место дисциплины в структуре ОПОП

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

## 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**	
ПК-18 Способен осуществлять анализ данных о результатах деятельности организаций физической культуры и спорта	<p><b>ПК-18.1. Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- типовые методики анализа экономических и социально-экономических показателей, характеризующие деятельность организаций физической культуры и спорта</li> </ul> <p><b>ПК – 18.2. Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- на основе типовых методик и действующей нормативно-правовой базы определять и анализировать экономические и социально-экономические показатели, характеризующие деятельность организаций физической культуры и спорта</li> <li>- критически оценить результаты деятельности физкультурно-спортивных организаций с учетом критериев социально-экономической эффективности, рисков и возможных социально-экономических последствий</li> </ul> <p><b>ПК- 18.3. Имеет опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализа внешней и внутренней среды физкультурно-спортивной организации, способен оценивать экономические условия осуществления физкультурно-спортивной деятельности</li> <li>- составления и анализа отчетов об осуществлении физкультурно-спортивной деятельности</li> </ul>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы фитнес-менеджмента (планирование, организация, координация, мотивация, контроль); требования предъявляемые к тренерам в фитнес залах</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организовывать работу тренажерного зала, осуществлять подбор необходимого инвентаря, составлять необходимые инструкции и проводить их</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками закупки необходимого инвентаря для спортивного зала, навыками проведения фитнес-тренировок</li> </ul>	<p>Тесты</p> <p>Задачи</p> <p>задачи</p>

## 3. Структура и содержание дисциплины

### 3.1 Трудоемкость дисциплины

	очная форма обучения	заочная форма
--	----------------------	---------------

		<b>обучения</b>
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>2 ЗЕТ</b>	<b>2 ЗЕТ</b>
<b>Часов по учебному плану</b>	<b>72</b>	<b>72</b>
<b>в том числе</b>		
<b>аудиторные занятия (контактная работа):</b>	<b>32</b>	<b>12</b>
- занятия лекционного типа	16	4
- занятия семинарского типа	16	8
<b>КСР</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
<b>самостоятельная работа</b>	<b>39</b>	<b>55</b>
<b>Промежуточная аттестация – зачет</b>		<b>4</b>

### 3.2. Содержание дисциплины

Наименование и краткое содержание 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		Занятия лабораторного типа		Всего							
Очная	Заочная	Очная	Заочная	Очная	Заочная	Очная	Заочная	Очная	Заочная	Очная	Заочная	Очная	Заочная			
Тема 1. Основы менеджмента. Планирование. Организация. Координация. Мотивация. Контроль	16	14	4	1	4	2			8	3	8		11			
Тема 2. Оборудование тренажерного зала. Вентиляция	14	12	3	1	3	2			6	3	8		11			
Тема 3. Сервис и услуги тренажерного зала	14	14	3	1	3	2			6	3	8		11			
Тема 4. Инструктажи	16	12	3		3				6		8		11			
Тема 5. Требование к тренерам тренажерного зала	11	15	3	1	3	2			6	3	7		11			
КСР	1	1														
Контроль		4														
Итого	72	72	16	4	16	8			32	12	39		55			

Текущий контроль успеваемости реализуется в рамках занятий семинарского типа

Промежуточная аттестация проходит в формате зачета

#### 4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Самостоятельная работа студентов направлена на самостоятельное изучение отдельных тем рабочей программы. Таких, как сплит-тренировки и тренировки в малых

группах. *Цель самостоятельной работы* - подготовка современного компетентного специалиста и формирование способностей и навыков к непрерывному самообразованию и профессиональному совершенствованию.

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-map 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 промежуточной аттестации по дисциплине «Фитнес-менеджмент», включающий:

### 5.1. Описание шкал оценивания результатов обучения по дисциплине

**ПК-18** Способен осуществлять анализ данных о результатах деятельности организаций физической культуры и спорта

Уровень сформированности компетенции	Шкала оценивания сформированности компетенций						
	плохо	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	очень хорошо	отлично	превосходно

й (индикатора достижения компетенци й)							о
	Не зачтено		зачтено				
31(ПК-18) – знать основы фитнес- менеджмента (планировани е, организация, координация, мотивация, контроль); требования предъявляем ые к тренерам в фитнес залах	Отсутствие знаний теоретическ ого материала.  Невозможн ость оценить полноту знаний вследствие отказа обучающег ося от ответа	Уровень знаний ниже минимальн ых требований. Имели место грубые ошибки.	Минимальн о допустимый уровень знаний. Допущено много негрубых ошибки.	Уровень знаний в объеме, соответствую щем программе подготовки. Допущено несколько негрубых ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствую щем программе подготовки. Допущено несколько негрубых ошибок	Уровень знаний в объеме, соответству ющем программе подготовки, без ошибок.	Уровень знаний в объеме, превышающ ем программу подготовки.
У1 (ПК-18) – уметь организовыва ть работу тренажерного зала, осуществлять подбор необходимог о инвентаря, составлять необходимые инструктажи и проводить их	Отсутствие минимальн ых умений . Невозможн ость оценить наличие умений вследствие отказа обучающег ося от ответа	При решении стандартны х задач не продемонст рированы основные умения. Имели место грубые ошибки.	Продемонст рированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания но не в полном объеме.	Продемонст рированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, в полном объеме, но некоторые с недочетами.	Продемонст рированы все основные умения. Решены все основные задачи . Выполнены все задания, в полном объеме, но некоторые с недочетами.	Продемонст рированы все основные умения, реш ены все основные задачи с отдельными несуществе нным недочетами, выполнены все задания в полном объеме.	Продемонст рированы все основные умения,. Решены все основные задачи. Выполнены все задания, в полном объеме без недочетов
В1 (ПК-18) владеть навыками - закупки необходимог о инвентаря для спортивного зала, навыками проведения фитнес- тренировок	Отсутствие владения материалом . Невозможн ость оценить наличие навыков вследствие отказа обучающег ося от ответа	При решении стандартны х задач не продемонст рированы базовые навыки.  Имели место грубые ошибки.	Имеется минимальн ый набор навыков для решения стандартны х задач с некоторыми недочетами	Продемонст рированы базовые навыки  при решении стандартных задач с некоторыми недочетами	Продемонст рированы базовые навыки  при решении стандартных задач без ошибок и недочетов.	Продемонст рированы навыки  при решении нестандартн ых задач без ошибок и недочетов.	Продемонст рирован творческий подход к решению нестандартн ых задач

### Шкала оценки при промежуточной аттестации

Оценка		Уровень подготовки
зачтено	Превосходно	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «превосходно»
	Отлично	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «отлично», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «отлично»
	Очень хорошо	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «очень хорошо», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «очень хорошо»
	Хорошо	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «хорошо», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «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», ни одна из компетенций не сформирована на уровне «плохо»
	Плохо	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «плохо»

#### 6.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения.

##### 6.2.1 Контрольные вопросы к экзамену

вопросы	Код формируемой компетенции
1. Функция планирования в менеджменте	ПК-18
2. Функция организации в менеджменте	ПК-18
3. Функция координации в менеджменте	ПК-18
4. Функция мотивации в менеджменте	ПК-18
5. Функция контроля в менеджменте	ПК-18
6. Организация работы тренажерного зала	ПК-18
7. Вентиляция в тренажерном зале	ПК-18

8. Оборудование тренажерного зала	ПК-18
9. Груша в тренажерном зале	ПК-18
10. Сервис и услуги тренажерного зала	ПК-18
11. Инструктажи	ПК-18
12. Проведение инструктажей	ПК-18
13. Персональные тренировки	ПК-18
14. Оплата	ПК-18
15. Секрет материальной мотивации	ПК-18
16. Сплит-тренировки и тренировки в малых группах	ПК-18
17. Требования к тренеру тренажерного зала	ПК-18

### 6.2.2. Типовые тестовые задания для оценки сформированности компетенции ПК-18

1. Основоположник административной (классической) школы управления:

- А) Ф.Тейлор
- Б) А.Файоль
- В) Э.Мэйо
- Г) А.К. Альдерфер

2. К какому виду организаций относят учреждения, ассоциации, общественные спортивные организации:

- А) государственные организации;
- Б) крупные организации;
- В) некоммерческие организации

3. Организация как функция управления — это:

А) разработка и использование стимулов к эффективному взаимодействию субъектов совместной деятельности.

Б) наблюдение за процессами, происходящими сравнения параметров объекта с заданными и выявления отклонений.

В) составление планов с учетом стратегии и целей фирмы, ее производственного профиля и специфики деятельности на рынке.

Г) создание такой структуры предприятия, дает возможность эффективной и совместной работы персонала для достижения общих целей.

4. Для чего осуществляется делегирование своих полномочий другим руководителям?

- А) Для оптимального решения комплексной задачи
- Б) Для сохранения «группового» стиля работы
- В) Для проверки квалификации работников

5. Поведение, ориентированное на контроль – это

А) Действия подчиненных направленные на то, что хочет увидеть руководство при проверке их деятельности

Б) Ориентирование на заниженные цели

В) Использование того, что контролеры не знают досконально деятельность подчиненных им сотрудников

Г) Ориентирование на завышенные цели

6. Контроль - это:

А) Вид управленческой деятельности по обеспечению выполнения определенных задач и достижения целей организации;



- Б) Вид человеческой деятельности;
- В) Наблюдение за работой персонала организации;
- Г) Наблюдение за выполнением персоналом отдельных заданий;
- Д) Постоянная проверка того, как организация осуществляет свои цели и корректирует свои действия.

7. В каких организационно-управленческих формах допускается создание и функционирование спортивных сооружений в Российской Федерации?

- А) только в форме акционерных обществ (в том числе с долей государства или муниципалитетов);
- Б) только в форме некоммерческих организаций;
- В) в форме полного и коммандитного товарищества;
- Г) только в форме унитарных предприятий.
- Д) разрешается в любой форме, предусмотренной Гражданским кодексом РФ.

8. Почему профессиональному спортивному клубу необходима работа с общественностью?

- А) Взаимодействие с потребителями и общественными организациями помогает поддерживать режим открытости, транспарентности, налаживать добрые отношения;
- Б) Работа с общественностью (пиар) необходима для предотвращения нежелательных слухов, дискредитирующих спортивную организацию;
- В) Работа с общественностью заменяет прямую рекламу;
- Г) Работа с общественностью позволяет сделать профессиональный спортивный клуб более известным, имиджевым, узнаваемым.

### **6.2.3. Типовые задания/задачи для оценки сформированности компетенции ПК-18**

#### **Задание 1**

Охарактеризовать содержание управленческой деятельности работников (различных должностей) физкультурно-спортивной организации.

#### **Задание 2. Принятие оперативных управленческих решений.**

Студенты делятся на группы по два человека. Моделируется следующая игровая ситуация. Студенты владеют фирмой, которая торгует специальным спортивным питанием. Неожиданно открывается новая фирма, которая также занимается продажей питания для спортсменов. Расположилась она в соседнем от вас здании. Новая фирма устанавливает цены на свой товар ниже. Следует быстро и оперативно принять решение, чтобы не потерять клиентов. Задание: Проанализировать данную неблагоприятную управленческую ситуацию. Каковы будут действия? Принимаемое решение будет принято в условиях риска, определенности или неопределенности? Каковы эти условия риска (определенности, неопределенности). Принять управленческое решение по выходу из сложившейся управленческой ситуации.

## **7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

а) основная литература:

1. Мелёхин, А. В. Менеджмент физической культуры и спорта : учебник для бакалавриата и магистратуры / А. В. Мелёхин. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 479 с. — (Серия : Бакалавр и магистр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-03037-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/426129>.

2. Филиппов, С. С. Менеджмент физической культуры и спорта : учебник для академического бакалавриата / С. С. Филиппов. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 212 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-07653-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/438407>.

б) 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.
2. Фаррахов Альберт Гаянович. Теория менеджмента: История управленческой мысли, теория организации, организационное поведение : Учебное пособие / Казанский государственный архитектурно-строительный университет. - Москва : ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2018. - 272 с. - ВО - Бакалавриат. - ISBN 978-5-16-009073-3. - ISBN 978-5-16-100073-1.

в) 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>

## **8. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

Помещения представляют собой учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных программой, оснащенные оборудованием и техническими средствами обучения: компьютер с установленным лицензионным ПО, проектор и экран (или телевизор с возможностью подключения к ПК), колонки

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 образовательным стандартом ННГУ по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура».

Автор Хаченкова К.Ю.