

Анотація вибіркової навчальної дисципліни

**АВТОРСЬКІ СИСТЕМИ ОЗДОРОВЛЕННЯ**

назва навчальної дисципліни

Шифр навчальної дисципліни	ВД.ФКС1, ВД.СО1
Загальна кількість кредитів	3
Короткий опис змісту дисципліни	Дисципліна спрямована на формування здатності до застосування у професійній діяльності рекомендацій щодо оптимізації стану здоров'я з врахуванням віку, статі та особливостей тренувального процесу; формування компетенції щодо аналізу авторських програм оздоровлення, прогнозування ефективності та доцільності їх використання, а також вміння оцінювати оздоровчий ефект авторських програм оздоровлення.
Перелік компетентностей, які формуються під час вивчення навчальної дисципліни	ЗК1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями. ЗК4. Здатність працювати в команді. ЗК5. Здатність планувати та управляти часом. ЗК6. Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово. ЗК10. Здатність бути критичним і самокритичним. ЗК11. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів). ФК14. Здатність до безперервного професійного розвитку. ФКС 15. Здатність до розуміння особливостей професійної діяльності у сфері фітнесу та рекреації. ФКС16. Здатність планувати, організовувати та реалізовувати програми занять з різних напрямів оздоровчого фітнесу (силової, аеробної, функціональної та ментальної спрямованості) із визначенням періоду, мети, загальних та спеціальних завдань, методів контролю, критеріїв ефективності для осіб різної статі, віку та фізичного стану. ФКС18. Здатність організовувати фізичну рекреаційну діяльність в організаціях різного типу з урахуванням особливостей контингенту.
Передумови, що мають	Вивчення навчальних дисциплін анатомії,

бути виконані здобувачами вищої освіти для обрання навчальної дисципліни	фізіології, основ теорії здоров'я і здорового способу життя.
Назва кафедри, що викладає навчальну дисципліни	Здоров'я, фітнесу та рекреації
ПІБ науково-педагогічного працівника, який викладає навчальну дисципліну	Омельченко Тетяна Григорівна
Рішення Науково-методичної ради університету про включення навчальної дисципліни до каталогу вибіркових дисциплін	Протокол №2 від 25.04.2023р.