

Анотація вибіркової навчальної дисципліни

Аквафітнес

назва навчальної дисципліни

Шифр навчальної дисципліни	ВД.СОЗ, ВД.ФКСЗ
Загальна кількість кредитів	3
Короткий опис змісту дисципліни	<p>Дисципліна спрямована на формування здатності до вирішування складних спеціалізованих задач та практичних проблем, пов'язаних із проблемою недостатку рухової активності у населення і як наслідок боротьби з хронічними неінфекційними захворюваннями до яких належать серцево-судинні захворювання (ССЗ), захворювання обміну речовин, підвищення рухової активності та вивчення основних положень що до навчання та структуризації занять у воді з людьми різного віку, а також на досягнення передбачених результатів навчання.</p> <p>Основні теми: оздоровчий вплив аквафітнесу на організм людини; показання і протипоказання до занять аквафітнесом; основні компоненти аквафітнесу; види дистанційного оздоровчого плавання; загальна характеристика аквааеробіки; класифікація напрямків та засобів аквааеробіки; базові вправи аквааеробіки; характеристика аквастрейчингу; характеристика акваджогінгу; особливості використання додаткового спеціального спорядження у воді; рекреаційні ігри та естафети у воді для дітей та підлітків та молоді.</p>
Перелік компетентностей, які формуються під час вивчення навчальної дисципліни	<p>ЗК2 Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.</p> <p>ЗК6 Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.</p> <p>ЗК7 Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.</p> <p>ЗК8 Здатність узагальнювати основні категорії предметної області в контексті загальноісторичного процесу.</p> <p>ЗК9 Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).</p>

	<p>ФК3 Здатність здійснювати об'єктивний контроль і оцінювання рівня навчальних досягнень учнів.</p> <p>ФК4 Здатність до критичного аналізу, діагностики та корекції власної педагогічної діяльності, оцінки педагогічного досвіду.</p> <p>ФК6 Забезпечення охорони життя і здоров'я учнів (у тому числі з особливими потребами), їхньої рухової активності у навчально-виховному процесі та позаурочній діяльності.</p> <p>ФК7 Здатність формувати в учнів предметні компетентності з фізичної культури, медикобіологічних та психологічних основ і технологій розвитку рухових умінь і навичок та фізичних якостей, санітарно-гігієнічних основ діяльності у сфері фізичної культури.</p> <p>ФК9 Здатність до аналізу, систематизації та оцінки педагогічного досвіду, до розробки методики та технологій для розвитку рухових умінь і навичок та фізичних (рухових) якостей на основі розуміння і застосування положень фізіології, морфології, біохімії, біомеханіки, здійснювати профілактику травматизму.</p>
Передумови, що мають бути виконані здобувачами вищої освіти для обрання навчальної дисципліни	Успішне опанування такими навчальними дисциплінами: «Анатомія людини»; «Біохімія»; «Вступ до спеціальності».
Назва кафедри, що викладає навчальну дисципліну	Кафедра здоров'я фітнесу та рекреації.
ПІБ науково-педагогічного працівника, який викладає навчальну дисципліну	Єременко Наталія Петрівна Бобренко Світлана Михайлівна Підгайна Віра Олексіївн Гоглюватая Наталія Олегівна Ображей Ольга Євгеніївна
Рішення	Протокол №2 від 25.04.2023р.

Науково-методичної ради університету про включення навчальної дисципліни до каталогу вибіркових дисциплін	
---	--