

Анотація вибіркової навчальної дисципліни

Аквафітнес

назва вибіркової навчальної дисципліни

Назва кафедри, яка викладає навчальну дисципліну	Кафедра оздоровчо-рекреаційної рухової активності
Шифр вибіркової навчальної дисципліни	ВД204
Загальна кількість кредитів ЄКТС	3
Форма підсумкового контролю	Залік
Короткий опис змісту дисципліни (мета, тематика та зміст)	Дисципліна спрямована на формування визначених освітньо-професійною програмою загальних та фахових компетентностей, зокрема 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. 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.

Перелік компетентностей, які формуються під час вивчення навчальної дисципліни (загальні та/або спеціальні)	Загальні компетентності: 1. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями. 3. Здатність працювати в команді та автономно. 6. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. 9. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів). 10. Здатність до адаптації та дії в новій ситуації. Спеціальні компетентності: 7. 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. 10. Здатність оволодівати базовими і новими видами фізкультурної діяльності, здійснювати пошук, аналіз і оцінку інформації, у т.ч. за допомогою інформаційно-комунікаційних технологій, необхідної для постановки і вирішення професійних завдань, професійного та особистісного розвитку. 11. Здатність самостійно проводити навчальні заняття з фізичної культури з дітьми шкільного віку та учнями в загальноосвітніх установах, освітніх закладах загальної середньої та професійної освіти, проводити позакласну спортивно-масову, організаційну та навчально-методичну роботу у сфері фізкультурно-оздоровчої роботи у навчальних закладах, закладах фітнесу, рекреації та фізичної реабілітації.
ПІБ науково-педагогічного працівника/ів, який/і викладає/ють навчальну дисципліну, електронна пошта	Бобренко Світлана Михайлівна sbobrenko@uni-sport.edu.ua Єременко Наталія Петрівна nyeremenko@uni-sport.edu.ua Підгайна Віра Олексіївна vpidhaina@uni-sport.edu.ua Ображей Ольга Євгенівна

	oobrazhei@uni-sport.edu.ua Єракова Любов Анатоліївна lyerakova@uni-sport.edu.ua Божук Наталія Михайлівна nbozhuk@uni-sport.edu.ua Усенко Дар'я Володимирівна dusenko@uni-sport.edu.ua
--	---

Анотація вибіркової навчальної дисципліни

Аквафітнес

назва вибіркової навчальної дисципліни

Назва кафедри, яка викладає навчальну дисципліну	Кафедра оздоровчо-рекреаційної рухової активності
Шифр вибіркової навчальної дисципліни	ВД204
Загальна кількість кредитів ЄКТС	3
Форма підсумкового контролю	Залік
Короткий опис змісту дисципліни (мета, тематика та зміст)	Дисципліна спрямована на формування визначених освітньо-професійною програмою загальних та фахових компетентностей, зокрема 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. 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.
Перелік компетентностей, які формуються під час вивчення навчальної дисципліни (загальні та/або спеціальні)	Загальні компетентності: 1.Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями. 4.Здатність працювати в команді. 11.Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів). 12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. Спеціальні компетентності: 1.Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості. 3.Здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення. 5.Здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя. 7.Здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини. 12.Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар. 14.Здатність до безперервного професійного розвитку.
ПІБ науково-педагогічного працівника/ів, який/і викладає/ють навчальну дисципліну, електронна пошта	Бобренко Світлана Михайлівна sbobrenko@uni-sport.edu.ua Єременко Наталія Петрівна nyeremenko@uni-sport.edu.ua Підгайна Віра Олексіївна vpidhaina@uni-sport.edu.ua Ображей Ольга Євгенівна oobrazhei@uni-sport.edu.ua Єракова Любов Анатоліївна lyerakova@uni-sport.edu.ua Божук Наталія Михайлівна nbozhuk@uni-sport.edu.ua

	Усенко Дар'я Володимирівна dusenko@uni-sport.edu.ua
--	--