

Анотація вибіркової навчальної дисципліни

Практикум з оздоровчого фітнесу

назва вибіркової навчальної дисципліни

Назва кафедри, яка викладає навчальну дисципліну	Кафедра оздоровчо-рекреаційної рухової активності
Шифр вибіркової навчальної дисципліни	ВД207
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 формування у здобувачів вищої освіти професійно-педагогічних знань, вмінь та здібностей необхідних для організації і методики проведення занять з оздоровчого фітнесу з людьми різного віку. Основні теми: визначення поняття «фітнес». Теоретичні основи сучасного фітнесу; класифікація фітнес-програм; аеробіка. Принципи побудови заняття аеробікою; майстерність інструктора групових програм; особливості музичного супроводу на занятті аеробікою; класифікація базових кроків аеробіки;
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 Катерина Уляна Миколаївна ukateryna@uni-sport.edu.ua Парасочка Сергій Віталійович sparasochka@uni-sport.edu.ua Сімченко Андрій Володимирович asimchenko@uni-sport.edu.ua Галета Мирослав Олегович mhaleta@uni-sport.edu.ua

Анотація вибіркової навчальної дисципліни

Практикум з оздоровчого фітнесу

назва вибіркової навчальної дисципліни

Назва кафедри, яка викладає навчальну дисципліну	Кафедра оздоровчо-рекреаційної рухової активності
--	---

Шифр вибіркової навчальної дисципліни	ВД207
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 формування у здобувачів вищої освіти професійно-педагогічних знань, вмінь та здібностей необхідних для організації і методики проведення занять з оздоровчого фітнесу з людьми різного віку. Основні теми: визначення поняття «фітнес». Теоретичні основи сучасного фітнесу; класифікація фітнес-програм; аеробіка. Принципи побудови заняття аеробікою; майстерність інструктора групових програм; особливості музичного супроводу на занятті аеробікою; класифікація базових кроків аеробіки;
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 Катерина Уляна Миколаївна ukateryna@uni-sport.edu.ua Парасочка Сергій Віталійович sparasochka@uni-sport.edu.ua Сімченко Андрій Володимирович asimchenko@uni-sport.edu.ua Галета Мирослав Олегович mhaleta@uni-sport.edu.ua

Анотація вибіркової навчальної дисципліни

Практикум з оздоровчого фітнесу

назва вибіркової навчальної дисципліни

Назва кафедри, яка викладає навчальну дисципліну	Кафедра оздоровчо-рекреаційної рухової активності
Шифр вибіркової навчальної дисципліни	ВД207
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 формування у здобувачів вищої освіти професійно-педагогічних знань, вмінь та здібностей необхідних для організації і методики проведення занять з оздоровчого фітнесу з людьми різного віку. Основні теми: визначення поняття «фітнес». Теоретичні основи сучасного фітнесу; класифікація фітнес-програм; аеробіка. Принципи побудови заняття аеробікою; майстерність інструктора групових програм; особливості музичного супроводу на занятті аеробікою; класифікація базових кроків

	аеробіки.
Перелік компетентностей, які формуються під час вивчення навчальної дисципліни (загальні та/або спеціальні)	Загальні компетентності: 3. Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово. 5. Навички здійснення безпечної діяльності. Спеціальні компетентності: 7. Здатність використовувати інтелектуальний потенціал, професійні знання, креативний підхід до розв'язання завдань та вирішення проблем в сфері професійної діяльності. 9. Здатність збирати, обробляти, аналізувати, синтезувати та інтерпретувати художню інформацію з метою створення хореографічної композиції. 11. Здатність здійснювати репетиційну діяльність, ставити та вирішувати професійні завдання, творчо співпрацювати з учасниками творчого процесу.
ПІБ науково-педагогічного працівника/ів, який/і викладає/ють навчальну дисципліну, електронна пошта	Бобренко Світлана Михайлівна sbobrenko@uni-sport.edu.ua Катерина Уляна Миколаївна ukateryna@uni-sport.edu.ua Парасочка Сергій Віталійович sparasochka@uni-sport.edu.ua Сімченко Андрій Володимирович asimchenko@uni-sport.edu.ua Галета Мирослав Олегович mhaleta@uni-sport.edu.ua