

Анотація вибіркової навчальної дисципліни

Функціональний тренінг

назва вибіркової навчальної дисципліни

Назва кафедри, яка викладає навчальну дисципліну	Кафедра оздоровчо-рекреаційної рухової активності
Шифр вибіркової навчальної дисципліни	ВД213
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 застосування у професійній діяльності набутих навичок використання елементів оздоровчого фітнесу загалом та функціонального тренінгу зокрема у роботі з людьми, які знаходяться на етапі відновлення після перенесених травм чи захворювань. В процесі вивчення навчальної дисципліни здобувачі вищої освіти мають змогу оволодіти знаннями та вміннями побудови персональних програм занять з функціонального тренінгу, які зможуть застосувати в процесі своєї майбутньої професії. Основні теми, які пропонуються до вивчення: характеристика та аналіз напряму «функціональний тренінг» у сучасному фітнесі, побудова занять з функціонального тренінгу, характеристика степ-аеробіки та інші.
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	Жовтенко Євген Олександрович yezhovtenko@uni-sport.edu.ua Довгич Олександр Олександрович odovhych@uni-sport.edu.ua Мусієнко Катерина Олегівна kmusiienko@uni-sport.edu.ua Коваленко Катерина Андріївна kkovalenko@uni-sport.edu.ua Єременко Наталія Петрівна nyeremenko@uni-sport.edu.ua

Анотація вибіркової навчальної дисципліни

Функціональний тренінг

назва вибіркової навчальної дисципліни

Назва кафедри, яка викладає навчальну дисципліну	Кафедра оздоровчо-рекреаційної рухової активності
Шифр вибіркової навчальної дисципліни	ВД213
Загальна кількість кредитів ЄКТС	3
Форма підсумкового контролю	Залік
Короткий опис змісту дисципліни (мета, тематика)	Дисципліна спрямована на формування визначених освітньо-професійною

та зміст)	програмою загальних та фахових компетентностей, зокрема здатності до застосування у професійній діяльності набутих навичок використання елементів оздоровчого фітнесу загалом та функціонального тренінгу зокрема у роботі з людьми, які знаходяться на етапі відновлення після перенесених травм чи захворювань. В процесі вивчення навчальної дисципліни здобувачі вищої освіти мають змогу оволодіти знаннями та вміннями побудови персональних програм занять з функціонального тренінгу, які зможуть застосувати в процесі своєї майбутньої професії. Основні теми, які пропонуються до вивчення: характеристика та аналіз напряму «функціональний тренінг» у сучасному фітнесі, побудова занять з функціонального тренінгу, характеристика кроссфіту (CrossFit), характеристика тренажерно-реабілітаційного комплексу «Kinesis» та особливості його використання, технологія побудови програм з використанням «TRX» та інші.
Перелік компетентностей, які формуються під час вивчення навчальної дисципліни (загальні та/або спеціальні)	Загальні компетентності: ЗК 01. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності. ЗК 05. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети. ЗК 06. Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово. ЗК 08. Здатність планувати та управляти часом. ЗК 09. Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій. ЗК 10. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел. ЗК 11. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями. ЗК 12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. ЗК 13. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо. Спеціальні компетентності:

	СК 02. Здатність аналізувати будову, нормальний та індивідуальний розвиток людського організму та його рухові функції. СК 07. Здатність допомогти пацієнту/клієнту зрозуміти власні потреби, обговорювати та пояснювати зміст і необхідність виконання програми фізичної терапії та ерготерапії. СК 11. Здатність адаптовувати свою поточну практичну діяльність до змінних умов. СК 13. Здатність навчати пацієнта/опікунів самообслуговуванню/догляду, профілактиці захворювань, травм, ускладнень та неповносправності, здоровому способу життя.
ПІБ науково-педагогічного працівника/ів, який/і викладає/ють навчальну дисципліну, електронна пошта	Жовтенко Євген Олександрович yezhovtenko@uni-sport.edu.ua Довгич Олександр Олександрович odovhych@uni-sport.edu.ua Мусієнко Катерина Олегівна kmusiienko@uni-sport.edu.ua Коваленко Катерина Андріївна kkovalenko@uni-sport.edu.ua Єременко Наталія Петрівна nyeremenko@uni-sport.edu.ua