

# Анотація вибіркової навчальної дисципліни

## Wellness-коучинг

назва вибіркової навчальної дисципліни

|                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Назва кафедри, яка викладає навчальну дисципліну                                                            | Кафедра оздоровчо-рекреаційної рухової активності                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Шифр вибіркової навчальної дисципліни                                                                       | ВД215                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Загальна кількість кредитів ЄКТС                                                                            | 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Форма підсумкового контролю                                                                                 | Залік                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Короткий опис змісту дисципліни (мета, тематика та зміст)                                                   | <p>Дисципліна спрямована на формування знань та навичок проведення коуч-сесій з Wellness-спрямування.</p> <p>Основні теми: посадові обов'язки велнес-коуча; основні принципи коучинга; базові компетенції коуча; сучасні мотиваційні теорії; теорія та методика мотиваційного інтерв'ю: принципи, етапи та їх зміст (залучення, фокусування, спонукання, планування), відповідні типові стратегії консультування та групи запитань; структура коуч-сесії; модель SCORE; модель GROW; методи та інструменти коучинга.</p>                                                     |
| Перелік компетентностей, які формуються під час вивчення навчальної дисципліни (загальні та/або спеціальні) | <p>Загальні компетентності:</p> <p>ЗК1. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.</p> <p>ЗК2. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.</p> <p>ЗК4. Здатність виявляти, ставити та вирішувати проблеми.</p> <p>ЗК5. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).</p> <p>ЗК6. Здатність розробляти проекти та управляти ними.</p> <p>ЗК7. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.</p> <p>Спеціальні компетентності:</p> <p>СК1 Здатність до критичного осмислення</p> <p>СК5. Здатність розв'язувати проблеми у</p> |

|                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                     | <p>сфері фізичної культури та спорту у нових або незнайомих середовищах за наявності неповної або обмеженої інформації з урахуванням аспектів соціальної та етичної відповідальності.</p> <p>СК8. Здатність впроваджувати у практичну діяльність результати наукових досліджень, спрямованих на вирішення прикладних завдань у сфері фізичної культури і спорту.</p> <p>СК9. Усвідомлювати принципи професійної та академічної етики і необхідність їх дотримання.</p> |
| ПІБ науково-педагогічного працівника/ів, який/і викладає/ють навчальну дисципліну, електронна пошта | <p>Василенко Марина Миколаївна</p> <p><a href="mailto:mvasylenko@uni-sport.edu.ua">mvasylenko@uni-sport.edu.ua</a></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |