

Дисципліна	Вибіркова дисципліна 1 «СУЧАСНІ ФІТНЕС – ТЕХНОЛОГІЇ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ»
Рівень ВО	магістерський
Назва спеціальності / освітньо-професійної програми	014 «Середня освіта (Фізична культура)» / «Фізична культура»
Форма навчання	денна / заочна
Курс, семестр, протяжність	Денна / Заочна: 1-й курс, 1-й семестр, один семестр
Семестровий контроль	залік
Обсяг годин (усього: з них лекції / практичні)	Денна: 6 кредитів, 180 год. (лекції – 28 год., практичні – 26 год.) Заочна: 6 кредитів, 180 год. (лекції – 6 год., практичні – 12 год.)
Мова викладання	українська
Кафедра, яка забезпечує викладання	Фітнесу та циклічних видів спорту
Автор дисципліни	Старший викладач Кренделєва Венера Ульфатівна
Короткий опис	
Вимоги до початку вивчення	Наявність достатнього освітнього базису з анатомією та фізіології людини, біомеханіки, теорії та методики фізичного виховання
Що буде вивчатися	Дисципліна спрямована на формування у професійно-педагогічних знань, умінь та навичок, що забезпечують теоретичну та практичну підготовку викладача з фітнесу, а саме: розкриття історичних аспектів виникнення фітнес-технологій в світі та на Україні; визначення та розмежування основних термінів, які відносяться до понять тренування, здоров'я, загальний фітнес, фізичний фітнес, працездатність; ознайомлення із класифікацією фітнес-програм; розкриття змісту фітнес-технологій; озброєння знаннями з основ організації та методики проведення занять з фітнес-технологій з різними категоріями населення.
Чому це цікаво / треба вивчати	Метою викладання навчальної дисципліни є створення цілісного уявлення про суть, специфіку та структуру занять із фітнес-технологій; озброєння студентів знаннями, вміннями та навичками методики побудови та проведення занять із фітнес-технологій у викладацькій діяльності.

Чому можна навчитися (результати навчання)	Дисципліна сприяє практичному і теоретичному опануванню студентами знань та вмінь, професійно-педагогічним навичкам, необхідним для самостійної організаторської, тренерсько-педагогічної, наукової та виховної роботи в усіх підрозділах сфери діяльності фахівця з фізичного виховання. Дисципліна має за мету підвищити фаховість майбутнього спеціаліста в області оздоровлення та відновлення людини за допомогою як сучасних (традиційних) засобів фізичного виховання, так і нетрадиційних систем оздоровлення.
Як можна користуватися набутими знаннями й уміннями (компетентності)	Вивчення дисципліни дозволить сформувати уміння розробляти і виконувати фітнес-комплекси різної функціональної спрямованості; уміння застосовувати на практиці основні положення теорії і методики фізичного виховання для розвитку фізичних (рухових) якостей, формування рухових умінь і навичок людей різних вікових груп; оволодіти основними засобами фітнесу та їх термінологічними назвами; музично-рухові вміння, необхідні для проведення оздоровчих занять з фітнесу; володіння методикою проведення оздоровчих занять з різних видів фітнесу; володіння методикою організації та проведення змагань з різних видів фітнесу; використовувати отримані знання у процесі навчання й майбутньої професійної діяльності; покращення професійної спортивної діяльності.
Інформаційне забезпечення	Силабус, презентаційні матеріали, мультимедіа.
Web-посилання на (опис дисципліни) силабус навчальної дисципліни на вебсайті факультету (інституту)	

Здійснити вибір - [«ПС-Журнал успішності-Web»](#)