

Дисципліна	Вибіркова дисципліна 3 «ЦИКЛІЧНА АЕРОБІКА»
Рівень ВО	магістерський
Назва спеціальності / освітньо-професійної програми	014 «Середня освіта (Фізична культура)» / «Фізична культура»
Форма навчання	денна / заочна
Курс, семестр, протяжність	Денна / Заочна: 2-й курс, 3-й семестр, один семестр
Семестровий контроль	залік
Обсяг годин (усього: з них лекції / практичні)	Денна: 5 кредитів, 150 год. (лекції – 18 год., практичні – 18 год.) Заочна: 5 кредитів, 150 год. (лекції – 6 год., практичні – 8 год.)
Мова викладання	українська
Кафедра, яка забезпечує викладання	Фітнесу та циклічних видів спорту
Автор дисципліни	Старший викладач Кренделева Венера Ульфатівна
Короткий опис	
Вимоги до початку вивчення	Наявність достатнього освітнього базису з анатомії та фізіології людини, психології
Що буде вивчатися	Набуватимуться відчуття ритму, музичності, навички узгоджувати рух з музикою, що сприяє не тільки фізичному, а і духовному та естетичному розвитку особистості. Процес фізичного виховання з використанням засобів аеробіки вимагає від майбутніх учителів фізичної культури значного обсягу спеціальних знань, умінь і навичок для здійснення організації учнів, добору навчального і музичного матеріалу, правильного дозування фізичного навантаження відповідно віковим особливостям дітей
Чому це цікаво / треба вивчати	Метою викладання навчальної дисципліни є створення цілісного уявлення про суть, специфіку та структуру занять із фітнес-аеробіки; озброєння студентів знаннями, вміннями та навичками методики побудови та проведення занять із фітнес-аеробіки у викладацькій та тренерській діяльності
Чому можна навчитися (результати навчання)	Вивчення дисципліни дозволить сформувати знання, вміння та навички, що забезпечують теоретичну і практичну підготовку майбутнього фахівця поррахувати музичний уривок, визначати розмір, ритм, темп та інші складові

	<p>змісту музичного твору; добирати музичний супровід для проведення занять з учнями різного шкільного віку та різним рівнем фізичної підготовки; складати та проводити комплекси вправ з використанням засобів аеробіки; проводити окремі частини уроку з використанням засобів аеробіки на уроках фізичної культури; проводити уроки фізичної культури за варіативним модулем «Аеробіка» навчальної програми «Фізична культура»; використовувати отримані знання у процесі навчання й майбутньої професійної діяльності</p>
<p>Як можна користуватися набутими знаннями й уміннями (компетентності)</p>	<p>Вивчення дисципліни сприяє формуванню наступних компетенцій: здатність використовувати знання про загальні теоретичні положення, сутність, закономірності процесу створення фітнес-програм у своїй майбутній професійній діяльності; здатність формувати поняття про здоровий спосіб життя, раціональну організацію вільного часу, навички самоконтролю, загартування; здатність студентів застосовувати засоби здорового способу життя у своїй повсякденній діяльності; здатність застосовувати знання та вміння з методики викладання оздоровчих занять з фітнесу та аеробіки оздоровчої спрямованості в навчальному процесі, що сприятиме ефективності його організації та підвищенню функціонального стану тих, хто займається</p>
<p>Інформаційне забезпечення</p>	<p>Силабус, презентаційні матеріали, аудіо- відео-матеріали</p>
<p>Web-посилання на (опис дисципліни) силабус навчальної дисципліни на веб-сайті факультету (інституту)</p>	

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