

Освітній компонент	Вибірковий освітній компонент 2 <i>Скандинавська ходьба</i>
Рівень ВО	<i>Бакалавр</i>
Назва спеціальності/освітньо-професійної програми	<i>017 Фізична культура і спорт / Фізична культура і спорт</i>
Форма навчання	<i>денна / заочна</i>
Курс, семестр, протяжність	<i>Денна / Заочна: 3 курс, 5 семестр, один семестр</i>
Семестровий контроль	<i>залік</i>
Обсяг годин (усього: з них лекції/практичні)	<i>Денна: 4 кредити, 120 годин (12 лекцій, 42 лабораторних) Заочна: 4 кредити, 120 годин (4 лекцій, 14 лабораторних)</i>
Мова викладання	<i>Українська</i>
Кафедра, яка забезпечує викладання	<i>Кафедра фітнесу та циклічних видів спорту</i>
Автор дисципліни	<i>Захожа Наталія Яківна</i>
<b>Короткий опис</b>	
Вимоги до початку вивчення	Для вивчення даної дисципліни необхідні знання з анатомії та фізіології людини.
Що буде вивчатися	Студентам буде надаватися інформація щодо засобів та методів скандинавської ходьби, а також про її вплив на здоров'я.
Чому це цікаво/треба вивчати	Скандинавська ходьба – це фантастична серцево-судинна діяльність, яка працює на все тіло. Ця діяльність виникла у Фінляндії як літній варіант бігових лижних тренувань та забезпечує всі переваги

	<p>бігових лиж без снігу.</p> <p>Використовуючи спеціально розроблені палиці для скандинавської ходьби, скандинавські ходоки крокують уздовж стежок та доріг, використовуючи техніку, яка охоплює верхню частину тіла, спину і також нижню частину тіла.</p> <p>Метою викладання навчальної дисципліни «Скандинавська ходьба» є формування у студентів позитивного ставлення до оволодіння необхідними знаннями теоретичних та практичних основ фізичного виховання, формування професійних умінь та навичок.</p>
Чому можна навчитися (результати навчання)	Результатами навчання будуть знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності, здатність працювати в команді, навички міжособистісної взаємодії, здатність діяти на основі етичних міркувань, здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
Як можна користуватися набутими знаннями й уміннями (компетентності)	Застосовувати набуті знання і практичні навички для здійснення заходів скандинавської ходьби для компенсації рухових порушень та активності, проведення інструктажу та навчання невеликих груп.
Інформаційне забезпечення	Силабус, презентаційні матеріали
Web-посилання на (опис дисципліни) силабус навчальної дисципліни на вебсайті факультету (інституту)	<a href="https://vnu.edu.ua/uk/faculties-and-institutions/fakultet-fizichnoi-kulturi-sportu-ta-zdorovya">https://vnu.edu.ua/uk/faculties-and-institutions/fakultet-fizichnoi-kulturi-sportu-ta-zdorovya</a>