

Освітній компонент	Вибірковий освітній компонент 2 «ОЗДОРОВЧИЙ ФІТНЕС»
Рівень ВО	магістерський
Назва спеціальності / освітньо-професійної програми	014 Середня освіта (Фізична культура) / Середня освіта. Фізична культура
Форма навчання	денна / заочна
Курс, семестр, протяжність	1-й курс, 2-й семестр, один семестр
Семестровий контроль	залік
Обсяг годин (усього: з них лекції / практичні)	Денна: 4 кредити, 120 год. (лекції – 10 год., практичні – 14 год.) Заочна: 4 кредити, 120 год. (лекції – 4 год., практичні – 6 год.)
Мова викладання	українська
Кафедра, яка забезпечує викладання	Фітнесу та циклічних видів спорту
Автор освітнього компонента	Старший викладач Кренделєва Венера Ульфатівна
Короткий опис	
Вимоги до початку вивчення	Наявність достатнього освітнього базису з анатомії та фізіології людини, теорії та методики фізичного виховання
Що буде вивчатися	Метою вивчення освітнього компонента «Оздоровчий фітнес» є засвоєння здобувачами теоретичних знань, практичних умінь та навичок під час організації та проведення різних форм занять оздоровчим фітнесом.
Чому це цікаво / треба вивчати	Вивчення освітнього компонента передбачає формування якісного фахового рівня майбутнього магістра в області оздоровлення та відновлення людини за допомогою сучасних та новітніх засобів фітнесу і рекреації.
Чому можна навчитися (результати навчання)	Відповідно до освітньої програми, очікується що вивчення освітнього компонента забезпечить досягнення здобувачами вищої освіти таких програмних результатів: здатність до організаційної роботи, взаємодії в колективі, вміння враховувати психоемоційні особливості окремих осіб, зокрема, та колективу, загалом; здатність визначати і формулювати професійні завдання, приймати обґрунтовані рішення; – здатність здійснювати аналіз й осмислення загальнонаукової та професійно орієнтованої літератури, у тому числі іноземної; здатність здійснювати об'єктивний аналіз сучасного стану

	та тенденцій розвитку фізичної культури населення; здатність визначати перспективні шляхи використання засобів фізичного виховання і спорту для різних категорій населення з врахуванням їх рівня підготовленості, мотивації і умов проведення занять; здатність організовувати оздоровчо-розважальні і спортивні заходи, бути обізнаним у правилах суддівства спортивних змагань; здатність визначати роль рухової активності для формування здорового способу життя, збереження й зміцнення здоров'я, проводити ефективну агітацію і пропаганду серед населення.
Як можна користуватися набутими знаннями й уміннями (компетентності)	Вивчення освітнього компоненту дозволить сформувати компетентності, що забезпечують теоретичну і практичну підготовку тренера інструктора з фітнесу; вивчити техніку виконання і методикку навчання спеціальних вправ з аеробіки; оволодіти основними засобами фітнесу та їх термінологічними назвами; музично-руховими вміннями, необхідними для проведення оздоровчих занять з фітнесу; оволодіти методикою проведення оздоровчих занять з різних видів фітнесу; оволодіти 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, аудіо- відео-матеріали.