

АНОТАЦІЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Назва дисципліни (курсу)	Фітнес для неповносправних
Кредити ЄКТС, години	3 кредити ЄКТС, 30 годин – аудиторних: 16 годин – лекцій, 6 годин – практичних, 8 годин – лабораторних, 60 годин – самостійних.
Рівень вищої освіти	Другий (магістр)
Семестр	Третій
Кафедра	Теорії та практики фізичної культури і спорту
Цільова аудиторія	014 «Середня освіта(Фізична культура)»
Мова викладання	Українська
Методи викладання	Словесні, наочні
Форми організації занять	Лекція, презентація, дискусія, бесіда, інтерактивне поєднання з іншими дисциплінами, групова робота
Актуальність дисципліни	<p>Практика підтверджує, що значення адаптивного спорту полягає в тому, що психологічна дія спортивних тренувань і змагань полегшує компенсацію фізичних, психічних і соціальних особливостей індивіда; підвищує його психоемоційну стійкість, нормалізує соціальну значущість в умовах стресу. Дозоване застосування підвищених фізичних навантажень під час занять спортом виявляє резервні можливості організму, підвищує комунікативну активність. Неповносправність сьогодні розглядається як соціальний статус людини. Численні приклади показують, що інвалідність не закриває людині доступу до театрів, парків, навіть на спортивні майданчики, залишає можливість для посиленої оздоровчої роботи. Водночас, даний статус дає певні права та пільги, гарантовані державою. Сьогодні, політика держави спрямована на скорочення дистанції між громадянами різних соціальних статусів. Поряд з державною політикою у цьому напрямі вагоме місце продовжує займати людське милосердя. Соціальна інтеграція людей з обмеженими можливостями нерозривно пов'язана із системою комплексної реабілітації неповносправних. На сучасному етапі реабілітацію людей з обмеженими можливостями стали розглядати, як складну соціально-медичну проблему. Особливе місце у системі комплексної реабілітації та соціальної інтеграції інвалідів займає адаптивна фізична культура та фітнес, які дають реальний шанс на активну</p>

	участь у житті суспільства.
Мета	Сформувати у студентів професійно педагогічні знання, уміння та навички, що забезпечують теоретичну та практичну підготовку фахівця з реабілітації та інтеграції в соціум людей, що мають недоліки фізичного розвитку й інтелекту за допомогою фітнес технологій.
Завдання	Освоїти принципи організації, види, структуру та зміст оздоровчих фітнес-програм різної спрямованості для неповносправних, методiku застосування фізичних вправ для інвалідів різних категорій; методiku проведення занять з фізичними вправами; механізми впливу різних фітнеспрограм на функціональний стан неповносправних осіб; методичні особливості занять на тренажерах осіб з особливими потребами; особливості контролю на заняттях.
Інтегральна компетентність	Здатність розв'язувати спеціалізовані задачі та практичні проблеми в галузі освіти, що передбачає застосування теорій та методів психолого-педагогічних наук, фізичного виховання і спорту і характеризується комплексністю вимог організації освітнього процесу в закладах вищої та загальної середньої освіти.
Загальні компетентності	ЗК01 Здатність діяти виважено, відповідально та професійно. ЗК02 Здатність працювати в команді та автономно. ЗК03 Здатність до пошуку інформації, її аналізу та критичного оцінювання. ЗК04 Здатність застосовувати набуті знання в практичних ситуаціях. ЗК05 Здатність використовувати інформаційно-комунікаційні технології . ЗК07 Здатність вільно спілкуватися державною мовою (усно та письмово). ЗК11 Здатність освоювати та вдосконалювати рухові уміння і навички з різних видів рухової активності та підтримувати загальний рівень фізичної активності і здоров'я.
Фахові компетентності	ФК02 Здатність застосовувати сучасні освітні технології навчання у фізичному вихованні. ФК03 Здатність здійснювати об'єктивний контроль і оцінювання рівня навчальних досягнень учнів та студентів з фізичного виховання ФК04 Здатність до володіння педагогічними, медико-біологічними, інформаційними технологіями для формування здорового способу життя, розвитку рухових умінь і навичок, фізичних якостей у представників різних груп населення і самостійної розробки методик і

	<p>технологій для гармонійного розвитку людини.</p> <p>ФК05 Здатність оволодівати базовими і новими видами фізкультурної діяльності</p> <p>ФК06 Здатність вести документацію, що забезпечує процес навчання з фізичної культури в освітніх закладах</p> <p>ФК09 Здатність виховувати соціально-особистісні якості: цілеспрямованість, організованість, працьовитість, відповідальність, толерантність, комунікативність.</p>
Програмні результати навчання	<p>ПРН01 Знає та вміє використовувати на практиці основні положення фізіології, біомеханіки, морфології, психології, біохімії для розвитку фізичних (рухових) якостей, формування рухових умінь і навичок людей різних вікових груп, володіє засобами гармонійного (розумового, духовного і фізичного) розвитку людини.</p> <p>ПРН02 Знає, як застосовувати на практиці основні вчення в галузі фізичної культури.</p> <p>ПРН03 Володіє актуальними технологіями педагогічного контролю і корекції, засобами і методами управління станом людини.</p> <p>ПРН04 Знає закони і принципи розучування рухових умінь і навичок, володіє теорією і методикою розвитку рухових умінь і навичок в базових видах рухової активності.</p> <p>ПРН09 Володіє педагогічними, медико-біологічними, інформаційними технологіями для формування здорового способу життя, розвитку рухових умінь і навичок, розвитку фізичних (рухових) якостей у представників різних груп населення.</p> <p>ПРН18 Здатний розуміти значення культури як форми людського існування, цінувати різноманіття та мультикультурність світу і керуватися у своїй діяльності сучасними принципами толерантності, діалогу і співробітництва</p>
Зміст курсу	<p>Методика складання фітнес-програм для неповносправних та проведення різних форм занять фізичними вправами з урахуванням вікових, морфофункціональних і індивідуальнопсихологічних особливостей осіб з особливими потребами різних нозологічних груп, рівня їхнього здоров'я та фізичної підготовленості.</p>
Політика курсу	<p>Для заохочення здобувачам розроблено систему нарахування додаткових балів (спортивні досягнення, поєднання навчальної роботи з професійною діяльністю, активна участь у спортивному житті ЗВО та ін.).</p> <p>Здобувачі вищої освіти, які без поважних причин не вчасно виконують завдання втрачають право отримати</p>

	<p>оцінку вище 82 балів, а з поважних причин (хвороба, виїзд на спортивні змагання, навчально-табірний збір) – підтверджується відповідними документами та своєчасним повідомленням викладача у зручній для них формі (наприклад, в усній формі особисто викладачу, зателефонувавши на мобільний телефон, відправивши sms повідомлення). У разі потреби є можливість часткового проходження курсу дистанційно (ознайомлення зі структурою курсу, робочою програмою, опрацювання лекцій). За попередньою домовленістю з викладачем будуть проводитись консультації за допомогою програм ZOOM або Meet.</p>
Вид контролю	Залік
Викладач	<p>Шеретюк Юліана Вікторівна e-mail: juli.sheretiuk@ukr.net моб. +380964587680</p>