

АНОТАЦІЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Назва дисципліни (курсу)	Аквафітнес
Кредити ЄКТС, години	3 кредитів ЄКТС. Всього – 36 год., Лекції – 4 год., Практичні – 4 год., Лабораторні – 28 год.
Рівень вищої освіти	Перший (Бакалавр)
Семестр	Сьомий
Кафедра	Теорії та практики фізичної культури і спорту
Цільова аудиторія	Здобувачі вищої освіти за спеціальністю 014 «Середня освіта (Фізична культура)»
Мова викладання	Українська
Методи викладання	Словесні, наочні
Форми організації занять	Лекція, презентація, дискусія, бесіда, групова робота, заняття у воді
Актуальність дисципліни	Програма визначає обсяги знань, що повинен засвоїти студент адекватно вимогам освітньо-кваліфікаційної характеристики; алгоритм вивчення навчального матеріалу дисципліни; необхідне методичне забезпечення, складові та технологію оцінювання навчальних досягнень студентів.
Мета	Мета курсу ознайомити студентів з історичними аспектами розвитку аквафітнесу. Засвоєння студентами теоретичних знань і методичних навичок в організації та проведенні різних форм занять з аквафітнесу, Використання засобів аквафітнесу у реабілітаційних цілях. Оволодіння методикою викладання аквафітнесу, придбання необхідних знань, умінь та навичок для самостійної роботи.
Завдання	Розкрити зміст основних оздоровчих та фітнес технологій у воді. Створити у студентів уявлення про аквафітнес. Ознайомлення з сучасними напрямками фітнес технологій у воді. Створити у студентів уявлення про особливості рухової активності різних груп населення. Ознайомити студентів із новими технологіями у воді, що використовуються у аквафітнесі. Навчити студентів побудові занять з фітнесу використовуючи різні напрями оздоровчих технологій в аквафітнесі.
Загальні компетентності	ЗК 01 Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями. ЗК 02 Здатність реалізовувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні. ЗК 03 Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і примножувати досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій. ЗК 04 Здатність працювати в команді. ЗК 05 Здатність до самовдосконалення та саморозвитку. ЗК 07 Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.
Фахові компетентності	ФК 01 Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості. ФК 02 Здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях.

	<p>ФК 03 Здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення.</p> <p>ФК 04 Здатність визначати заходи з фізкультурно-спортивної реабілітації та форми адаптивного спорту для осіб, що їх потребують.</p> <p>ФК 05 Здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя.</p>
Зміст курсу	<p>Вивчення курсу “Аквафітнес” у навчальних закладах фізкультурного спрямування є важливою складовою у системі знань майбутніх учителів, викладачів, тренерів, інструкторів. Завтрашні фахівці повинні одержати знання про сучасні методики навчально-тренувального процесу.</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 ВНЗ та ін.). Здобувачі вищої освіти, які без поважних причин не вчасно виконують завдання втрачають право отримати 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 повідомлення на Viber, Telegram або на електронну пошту). Ми завжди зможемо прийняти альтернативні заходи для виконання завдань. У разі потреби є можливість часткового проходження курсу дистанційно (ознайомлення зі структурою курсу, робочою програмою, опрацювання лекцій, виконання тестових завдань на платформі «Майстер тест» або «Socrative»). За попередньою домовленістю з викладачем будуть проводитись консультації за допомогою програм ZOOM або Meet.</p>
Вид контролю	Залік
Викладач	<p>Бзіга Валерія Іванівна моб. тел.. +38 098 707 4788 e-mail: valeriia.myroniuk@rshu.edu.ua</p>