

## АНОТАЦІЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

<b>Назва дисципліни (курсу)</b>	Аквафітнес
<b>Кредити ЄКТС, години</b>	4 кредити ЄКТС. Всього – 48 год., Лекції – 4 год., Практичні – 4 год., Лабораторні – 40 год.
<b>Рівень вищої освіти</b>	Перший (Бакалавр)
<b>Семестр</b>	Восьмий
<b>Кафедра</b>	Теорії та практики фізичної культури і спорту
<b>Цільова аудиторія</b>	Здобувачі вищої освіти за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт»
<b>Мова викладання</b>	Українська
<b>Методи викладання</b>	Словесні, наочні
<b>Форми організації занять</b>	Лекція, презентація, дискусія, бесіда, групова робота, заняття у воді
<b>Актуальність дисципліни</b>	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.
<b>Мета</b>	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.
<b>Завдання</b>	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.
<b>Загальні компетентності</b>	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.
<b>Фахові компетентності</b>	ФК 01 Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості. ФК 02 Здатність проводити тренування та супроводження участі

	<p>спортсменів у змаганнях.</p> <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>
<b>Зміст курсу</b>	<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>
<b>Політика курсу</b>	<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>
<b>Вид контролю</b>	Залік
<b>Викладач</b>	<p>Бзіта Валерія Іванівна  моб. тел.. +38 098 707 4788  e-mail: valerija.myroniuk@rshu.edu.ua</p>