

## Перелік вибіркових дисциплін

### ОР бакалавр

Назва кафедри	Теорії та методики спорту
Назва дисципліни	Рекреаційні види рухової діяльності
Загальна кількість кредитів (годин)	4 кредити 120 год.
Курс та півріччя, де починається дисципліна	3 курс, 2 півріччя, 6 семестр
Кількість семестрів, протягом яких вивчається дисципліна	1 семестр
Форма навчання, для якої дисципліна пропонується	Денна
Попередні умови	Вивчення дисциплін: Анатомія, Фізіологія, Спортивні ігри та методика викладання, Рухливі ігри.
Назви спеціальностей, для яких пропонується вивчення дисципліни	017 Фізична культура і спорт 014 Середня освіта, фізична культура Для всіх спеціальностей університету
Короткий опис дисципліни	<p>Вивчення дисципліни полягає в отриманні майбутніми фахівцями теоретичних знань та практичних навичок необхідних для успішної організації рекреаційної діяльності, освоєнні сукупності видів рухової активності, форм, прийомів, способів та методів реалізації рекреаційних послуг.</p> <p><b>Завдання курсу</b></p> <p><b>Теоретичні:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>сформувати цілісну систему знань щодо впливу різних видів рекреаційної рухової активності на стан здоров'я, форм організації рекреаційних занять;</li><li>ознайомити з особливостями реалізації різних видів рекреаційної рухової активності різних вікових груп населення.</li></ul> <p><b>Практичні:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>проводити рекреаційні фізкультурні заняття різних видів;</li><li>вміти визначати рухову активність людини за допомогою застосування різних методів;</li><li>нормувати рекреаційну рухову активність для різних вікових груп населення;</li><li>підбирати форми організації рекреаційних фізкультурних занять залежно від їхніх завдань;</li><li>адекватно дозувати рухову активність і фізичні навантаження з огляду на закономірності їхнього впливу на організм тих, хто займається.</li></ul>