

**Перелік вибіркових дисциплін
ОР бакалавр**

Назва кафедри	Теорія та методика фізичної культури
Назва дисципліни	Сучасні фітнес-технології
Загальна кількість кредитів (годин)	4 кредитів (120 год.)
Курс та півріччя, де починається дисципліна	3 курс, 6 семестр (II півріччя)
Кількість семестрів, протягом яких вивчається дисципліна	1 семестр
Форма навчання, для якої дисципліна пропонується	денна та заочна форма навчання
Попередні умови	Вивчення дисциплін:
Назви спеціальностей, для яких пропонується вивчення дисципліни	014 Середня освіта (Фізична культура)
Короткий опис дисципліни	<p>Викладає дисципліну: Дубинська Оксана Яківна, кандидат фізичного виховання, доцент, заслужений працівник фізичної культури і спорту.</p> <p>У результаті вивчення дисципліни Сучасні фітнес-технології студенти повинні знати:</p> <ul style="list-style-type: none"> основні закономірності формування сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій; структуру та зміст програм занять профілактико-оздоровчого та кондиційного характеру відомих вітчизняних та зарубіжних авторів; методи, засоби та форми організації та проведення занять з використанням сучасних технологій фізичного виховання; основи техніки виконання вправ та методикау їх викладання; методикау проведення занять з використанням сучасних технологій фізичного виховання з різними групами населення; <p>Вміти: користуватися технічними засобами під час проведення уроків фізичної культури з використанням сучасних технологій;</p> <ul style="list-style-type: none"> використовувати новітні технології в залежності від вікових особливостей, статі, фізичної підготовки, а також рівня фізичного стану; самостійно проводити заняття з використанням новітніх технологій фізичного виховання; самостійно складати програми занять для різних груп населення в залежності від фізичного стану, фізичної підготовленості, віку та статі; адекватно застосовувати контроль фізичних навантажень на заняттях оздоровчим фітнесом; здійснювати контроль та самоконтроль на заняттях. <p>Метою навчального курсу є: формування знань, умінь та навичок з методики викладання новітніх технологій фізичного виховання та їх використання студентами на практиці.</p>

