

ОПИС ВИБІРКОВОГО ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

Назва освітнього компонента	Силовий фітнес з методикою навчання
Факультет	Соціально-психологічної освіти та фізичної культури
Кафедра	Фізичної культури та спорту
ППП НПП або ПП, науковий ступінь, вчене звання (за наявності)	Семенов Андрій Анатолійович, кандидат педагогічних наук, доцент
Рівень (рівні) вищої освіти	Другий (магістерський) рівень вищої освіти
Загальний обсяг освітнього компонента	3 кредитів ЄКТС/ 90 годин
Семестр (семестри) вивчення	1
Форма підсумкового контролю	Залік
Мова викладання	Українська
Форми здобуття освіти та розподіл годин	Денна форма: лекцій – 14 годин, практичних/семінарських – 16 годин, самостійної роботи – 60 годин.
	Заочна форма: лекцій – 4 години, практичних/семінарських – 6 годин, самостійної роботи – 80 годин.
Коротка анотація та мета	Метою курсу „Силовий фітнес з методикою навчання” є оволодіння студентами теоретичними знаннями та практичними навичками навчання у силовому триборстві, ознайомлення студентів з видами фізичних занять силового напрямку, зокрема пауерліфтингом, бодибілдингом, тощо, які можуть бути рекомендовані майбутнім спеціалістам з фізичного виховання як засоби, що пропонуються клієнтам фітнес-центрів, інших оздоровчих і спортивних закладів.
Компетентності та/або результати навчання, що формуються або поглиблюються	Компетентності: Здатність самостійно проводити навчальні заняття з фізичної культури з дітьми дошкільного, шкільного віку та учнями в загальноосвітніх установах, освітніх закладах середньої та професійної освіти, проводити позакласну спортивно-масову, організаційну та навчально-методичну роботу у сфері фізкультурно-оздоровчої роботи у навчальних закладах, закладах фітнесу. Здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях. Здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами. Здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань. Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар. Результати навчання:

	Вміє розробляти перспективні та оперативні плани і програми конкретних занять в сфері силових видів спорту та зі спортсменами масових розрядів. Виконує визначені види рухових дій для занять масовим спортом; дотримується рекомендацій щодо тривалості та інтенсивності оздоровчої рухової активності протягом тижня; веде здоровий спосіб життя та здає встановлені тести і нормативи щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України. Використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості.
Пререквізити/ рекомендований рівень підготовки	
Мінімальна та максимальна чисельність групи	5-25 осіб