

ОПИС ВИБІРКОВОГО ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

Назва освітнього компонента	Здоров'язберігаючі технології у фізичній культурі
Факультет	Соціально-психологічної освіти та фізичної культури
Кафедра	Фізичної культури та спорту
ППП НПП або ПП, науковий ступінь, вчене звання (за наявності)	Жаркова Каріна Петрівна
Рівень (рівні) вищої освіти	Другий (магістерський) рівень вищої освіти
Загальний обсяг освітнього компонента	3 кредити ЄКТС/ 90 годин
Семестр (семестри) вивчення	2 семестр
Форма підсумкового контролю	Залік
Мова викладання	Українська
Форми здобуття освіти та розподіл годин	Денна форма: лекцій 12 годин , практичних/семінарських – 12 годин , самостійної роботи – 66 годин
	Заочна форма : лекцій – 6 годин , практичних / семінарських – 6 годин , самостійної роботи – 78 години.
Коротка анотація та мета	Освітній компонент «Здоров'язберігаючі технології у фізичній культурі» спрямований на формування у здобувачів вищої освіти системи теоретичних знань та практичних умінь щодо використання сучасних здоров'язберігаючих технологій у процесі фізичного виховання. Мета дисципліни полягає у формуванні професійних компетентностей щодо збереження та зміцнення здоров'я засобами фізичної культури, профілактики захворювань, підвищення рівня фізичної працездатності та формування навичок здорового способу життя.
Компетентності та/або результати навчання, що формуються або поглиблюються	Здатність застосовувати знання про основи здоров'язбереження у фізичній культурі; здатність використовувати сучасні здоров'язберігаючі технології у фізкультурно-оздоровчій діяльності; уміння добирати фізичні вправи відповідно до віку, стану здоров'я та рівня фізичної підготовленості; здатність правильно дозувати фізичне навантаження; уміння здійснювати контроль за фізичним станом та самопочуттям під час занять; здатність застосовувати засоби фізичної культури для профілактики гіподинамії та зміцнення здоров'я; уміння формувати мотивацію до здорового способу життя та систематичної

	рухової активності; здатність забезпечувати безпечні умови проведення занять фізичною культурою.
Пререквізити/ рекомендований рівень підготовки	
Мінімальна та максимальна чисельність групи	