

Перелік вибіркових дисциплін

ОР бакалавр

Назва кафедри	Теорії та методики спорту
Назва дисципліни	Аквафітнес
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	Плавання, Анатомія, Фізіологія людини
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 «Аквафітнесу» передбачає опанування студентами практичних навичок і вмінь застосуванням засобів аквафітнесу в різних вікових групах.</p> <p>Завдання курсу</p> <ul style="list-style-type: none">– сформувати комплексну систему знань з аквафітнесу, опанувати методики викладання;– засвоїти практичні навички організації та проведення занять з аквафітнесу;– вдосконалити техніку виконання різноманітних вправ на занятті аквафітнесу та покращити рівень фізичної підготовленості і фізичного здоров'я.