

АНОТАЦІЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Назва дисципліни (курсу)	Велнес технології у системі підготовки спортсменів
Кредити ЄКТС, години	3 кредити ЄКТС, 30 годин – аудиторних: 2 години – лекції, 6 годин – практичні, 22 години – лабораторні
Рівень вищої освіти	Другий (магістерський)
Семестр	Другий
Кафедра	Теорії та практики фізичної культури і спорту
Цільова аудиторія	Здобувачі вищої освіти за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт
Мова викладання	Українська
Методи викладання	Словесні, наочні
Форми організації занять	Лекція, презентація, дискусія, бесіда, інтегративне поєднання з іншими дисциплінами, групова робота
Актуальність дисципліни	<p>Сьогодні стрімке зростання моди на здоров'я зумовлюється супроводженням цього процесу суперечливим погіршенням нормативних показників психофізіологічних станів населення та необхідністю екстреного гальмування та якісного перезавантаження такої ситуації. Зважаючи на той неспростовний факт, що потенційні можливості у збереженні здоров'я головним чином визначаються соціально економічним статусом людини, сьогодні вкрай важливо переглянути концептуальні положення державної політики України, від об'єднаної ефективної дії яких залежить здоров'я нації. Незважаючи на велику кількість досліджень різних аспектів феномену здоров'я, тема здоров'я збереження залишатиметься повіки актуальною, доки існує людина. Буття швидко змінюється і вимагає постійного переосмислення складових суспільної системи координат. Однією з таких складових є wellness-технології, які завдяки комплексній програмі оздоровчих процедур обіцяють гармонійне життя без хвороб і до яких щодалі ненаситніше тягнеться сучасна людина. Індустрія здоров'я і краси являє собою потужну багаторівневу та багатогранну систему, яка характеризується високою рентабельністю, безпрецедентно стрімким розростанням і інвестиційною привабливістю. Попит на її послуги постійно зростає і зростатиме. Це пояснюється збільшенням емоційних, фізичних і розумових навантажень, які визначають життя сьогоденної людини в умовах дестабілізації суспільних процесів. Внаслідок цього людині потрібні ефективні засоби для позбавлення від напруги і тривожності, для відновлення фізіологічного стану. У якості такого засобу індустрія здоров'я і краси пропонує широкомасштабну мережу wellness-технологій. Wellness-технології – це комплекс методів, процесів, пристроїв і медико-естетичних втручань, які продаються як товар організаціями з надання послуг і передбачені для здоров'я</p>

	збереження, рекреації, реабілітації та естетичного перетворення людини.
Мета	<i>Метою</i> вивчення навчальної дисципліни «Велнес технології у системі підготовки спортсменів» є отримання студентами спеціальних знань у сфері оздоровчої фізичної культури та оволодіння уміннями і навичками використання Wellness-технологій з метою поліпшення фізичних кондицій і здоров'я різних груп населення, профілактики захворювань та ведення здорового способу життя.
Завдання	озброєння майбутніх фахівців знаннями теоретичних основ використання Wellness-технологій; - отримання уявлення про сукупність процесів, методів і засобів системи сервісу на ринку Wellness-послуг; - формування уявлень про раціональний зміст та обсяги рухової активності різних груп населення в процесі використання Wellness-технологій; - ознайомлення з аспектами комунікативної поведінки для ефективного спілкування зі споживачами Wellness-продукту; - оволодіння практичними навичками використання у майбутній професійній діяльності різноманітних засобів Wellness-технологій.
Загальні компетентності	1. Здатність використовувати педагогічні та психологічні прийоми для організації навчально-тренувального процесу. 2. Здатність ефективно спілкуватися та представляти професійну та наукову інформацію іноземною мовами. 3. Здатність застосовувати отримані знання та навички у використанні інформаційних і комунікаційних технологій, володіти навичками роботи в комп'ютерних мережах, уміння створювати бази даних і використовувати інтернет-ресурси для вдосконалення та підвищення своєї педагогічної та спортивної професійної майстерності. 4. Здатність працювати в педагогічному та в спортивному колективі, мотивувати людей рухатися до спільної мети, усвідомлювати рівні можливості та гендерні проблеми. 5. Здатність освоювати та вдосконалювати рухові уміння і навички з різних видів рухової активності.
Фахові компетентності	1. Здатність організовувати роботу відповідно до вимог безпеки життєдіяльності й охорони праці, надавати долікарську допомогу особам в разі виникнення у них невідкладних станів та патологічних процесів в організмі. 2. Здатність застосовувати отримані знання на практиці під час викладання у вищих навчальних закладах та спортивних тренуваннях (заняттях). 3. Здатність володіти сучасними технологіями та ефективно їх використовувати в процесі професійної діяльності. 4. Здатність оцінювати фізичні здібності і функціональний стан, адекватно вибирати засоби і методи для тренування з урахуванням індивідуальних особливостей тих хто займається. 5. Здатність здійснювати інструкторську, тренерську та селекційну діяльність у сфері фізичної культури і спорту.

	6. Здатність самостійно розробляти документи планування педагогічної, тренерської та інструкторської діяльності у галузі фізичної культури та спорту.
Зміст курсу	Ознайомити із базовими інфраструктурними складовими wellness-концепту, розглянути wellness- індустрію в цілому як індустрію здоров'я і краси нового типу, а також wellness-технології і wellness-продукт. Структура побудови тренувальних програм. Адаптація до тренувальних навантажень. Моделювання тренувальних занять у процесі підготовки спортсменів. Сучасні засоби відновлення у процесі підготовки спортсменів.
Політика курсу	Для заохочення здобувачам розроблено систему нарахування додаткових балів (спортивні досягнення, поєднання навчальної роботи з професійною діяльністю, активна участь у спортивному житті ЗВО та ін.). Здобувачі вищої освіти, які без поважних причин не вчасно виконують завдання втрачають право отримати оцінку вище 82 балів, а з поважних причин (хвороба, виїзд на спортивні змагання, навчально-табірний збір) – підтверджується відповідними документами та своєчасним повідомленням викладача у зручній для них формі (наприклад, в усній формі особисто викладачу, зателефонувавши на мобільний телефон, відправивши повідомлення на Viber, Telegram або на електронну пошту). Ми завжди зможемо прийняти альтернативні заходи для виконання завдань. У разі потреби є можливість часткового проходження курсу дистанційно (ознайомлення зі структурою курсу, робочою програмою, опрацювання лекцій, виконання практичних та лабораторних завдань. За попередньою домовленістю з викладачем будуть проводитись консультації за допомогою програм ZOOM або Meet..
Вид контролю	Залік
Викладач	Доцент, К.П.Н. Панчук Андрій Паладійович моб. тел.. +38 098 409 69 69 e-mail: sportclub.rdgu@ukr.net