

АНОТАЦІЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

«СТРЕТЧИНГ У ХОРЕОГРАФІЇ»

Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)
Мета й завдання	Метою курсу «Стретчинг у хореографії» є формування у студентів необхідних знань та умінь з техніки виконання вправ з стретчингу та їх застосування на заняттях хореографією. У результаті вивчення дисципліни студенти повинні: - знати: знання анатомічної будови людини, будова м'язів; знання різновидів стретчингу; практичне вміння виконання вправ на розтягнення; знання спеціальної термінології. - вміти: вміння застосувати необхідні вправи на розтягнення після перенесених травм; вміння коригувати та розвивати правильну поставу тіла, його гнучкість, силу та витривалість;
Обсяг годин, кредитів ЄКТС	120 годин (4 кредити) Кількість аудиторних годин на тиждень: 3 (практичні)
Термін викладання (семестр)	Парний семестр
Короткий зміст	Зміст дисципліни: ознайомлення з різновидами стретчингу; ознайомлення з фізіологією м'язового скорочення та механікою скелетно-м'язової системи; оволодіння технікою виконання вправ на розтягування різних м'язів; оволодіння технікою виконання вправ на розтягування з метою покращення фізичного стану танцівника після травмування;
Перелік компетентностей	ЗК02. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя. СК04. Здатність оперувати професійною термінологією в сфері фахової хореографічної

	діяльності (виконавської, викладацької, балетмейстерської та організаційної). СК05. Здатність використовувати широкий спектр міждисциплінарних зв'язків для забезпечення освітнього процесу в початкових, профільних, фахових закладах освіти. СК13. Здатність використовувати традиційні та інноваційні методики для діагностування творчих, рухових (професійних) здібностей, їх розвитку відповідно до вікових, психологофізіологічних особливостей суб'єктів освітнього процесу. СК 18. Здатність застосовувати систему знань щодо формування, збереження та зміцнення власного фізичного здоров'я та здоров'я учасників творчого процесу засобами хореографії
Результати навчання	ПР09. Володіти термінологією хореографічного мистецтва, його понятійно-категоріальним апаратом. ПР11. Використовувати інноваційні технології, оптимальні засоби, методики, спрямовані на удосконалення професійної діяльності, підвищення особистісного рівня володіння фахом. ПР15. Мати навички використання традиційних та інноваційних методик викладання фахових дисциплін. ПР18. Знаходити оптимальні підходи до формування та розвитку творчої особистості.
Система оцінювання	Поточний модульний
Форми контролю	Залік
Кафедра	Кафедра теорії і методики музичної освіти та хореографії