



Сумський державний педагогічний
університет імені А. С. Макаренка



Презентація дисципліни вільного вибору

ДИТЯЧИЙ ФІТНЕС

Вивчення дисципліни «Дитячий фітнес» передбачає опанування студентами компетентностями застосування засобів фітнесу з дітьми різного віку.



Завдання курсу

Теоретичні:

- правові, анатомо-фізіологічні, естетичні основи у роботі з дітьми різного віку;
- теорія фізичного виховання з дітьми різного віку;
- класифікація засобів і термінологія у роботі з дітьми різного віку.



Практичні:

Методика впровадження засобів фітнесу з дітьми різного віку:

- методика впровадження засобів фітнесу для дітей 3–5 років (BABY) (Aero-Baby, Baby Games, Magic of Water);

- методика впровадження засобів фітнесу для дітей 6-9 років (KID'S FIT) (Kid's Plastic Art, Kid's Play, Kid's Aqua Games);

- методика впровадження засобів фітнесу для дітей 10-12 років (JUNIOR) (Junior Funk, Junior Strenght , Junior Modern Dance);

методика впровадження засобів фітнесу для дітей 13–15 років (TEEN'S) (Teen's Strenght, Teen's Fitball Teen's Class).





**Дякую за увагу
та бажаю
міцного здоров'я!**