

РЕЦЕНЗІЯ-ВІДГУК
на освітньо-професійну програму
«Фітнес та рекреація»
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
спеціальності 017 Фізична культура і спорт
галузі знань 01 Освіта/Педагогіка

Фахівець із фітнесу та рекреації повинен бути комплексно підготовленим до виконання творчих професійно-педагогічних завдань, впровадження фізкультурно-оздоровчих методик, а також до агітаційно-пропагандистської діяльності. Для цього необхідно опанувати знання в різних сферах: соціальних і гуманітарних наук, психології, педагогіки, медико-біологічних дисциплін, а також спеціальних методик навчання. Особливе значення мають знання анатомо-фізіологічних та психологічних особливостей різних вікових груп, а також основ гігієни та основ медичних знань. Це дозволяє проводити фізкультурно-оздоровчу роботу, навчально-виховну діяльність та розробляти програми, що сприяють зміцненню здоров'я різних верств населення.

Слід зазначити, що освітньо-професійна програма «Фітнес та рекреація» першого (бакалаврського) рівня вищої освіти спеціальності 017 Фізична культура і спорт галузі знань 01 Освіта/Педагогіка дозволяє сформувати вище перераховані уміння і навички.

Фітнес-студія «Фактура» вже багато років поспіль забезпечує працевлаштування випускникам Київського столичного університету імені Бориса Грінченка спеціальності 017 фізична культура і спорт. На базі фітнес-студії «Фактура» проводяться навчальні заняття зі здобувачами Київського столичного університету імені Бориса Грінченка освітньо-професійної програми «Фітнес та рекреація», а також здобувачі проходять виробничу практику. Тому команда фітнес-студії «Фактура» зацікавлена у співробітництві з Університетом Грінченка і підвищенням якості підготовки фахівців з фітнесу та рекреації.

Слід зазначити, що особливості проведення фізкультурно-оздоровчих занять з дітьми та підлітками розглядаються в контексті вивчення різних фахових дисциплін. Однак, цього не достатньо для здійснення кваліфікованої фізкультурно-оздоровчої діяльності при роботі у якості фахівця з дитячого фітнесу. Вважаємо, що дитячий фітнес є одним із найперспективніших і популярних напрямків у сучасній фізичній активності. Цей формат занять поєднує елементи різних видів активності, таких як аеробіка, гімнастика, стретчинг, йога тощо, створюючи гармонійний і збалансований підхід до фізичного розвитку. Особливість дитячого фітнесу полягає у проведенні занять у формі гри, що робить їх динамічними, веселими та захопливими. Регулярні заняття дитячим фітнесом позитивно впливають на фізичний та емоційний стан дитини. Вони сприяють активації захисних функцій організму, покращують витривалість, координацію, швидкість і силу, а також зміцнюють опорно-руховий апарат. Окрім фізичних переваг, такі тренування допомагають дітям адаптуватися до нових соціальних груп, розвивають комунікативні навички, підвищують самооцінку та впевненість у собі. З досвіду багаторічної професійної діяльності фахівці фітнес-студії «Фактура» рекомендують

виокремити вивчення особливостей проведення фізкультурно-оздоровчих занять з дітьми та підлітками в окремий освітній компонент.

Досить актуальним на сьогодні є отримання вмій та спеціальних навичок з особистої безпеки, здатності діяти безпечно та ефективно під час критичної ситуації (напад, провокація, загроза життю), контролювати свій психічний та фізичний стан за допомогою дієвих практик, а також не піддаватися інформаційно психологічним операціям та дезінформації; дбати про власну безпеку та безпеку оточуючих. Команда нашої фітнес-студії є засновником унікального курсу «СТРУМ: курс з особистої безпеки для цивільних в умовах міста» та пропонує впровадити даний курс у навчальний процес здобувачів вищої освіти спеціальності 017 Фізична культура і спорт у якості дисципліни за вибором.

Таким чином, освітньо-професійна програма «Фітнес та рекреація» першого (бакалаврського) рівня вищої освіти забезпечує якісну підготовку фахівців з фітнесу та рекреації та може бути рекомендована для впровадження в освітній процес Університету Грінченка.

Засновник, директор,
фітнес-тренер фітнес-студії «Фактура»

Микола ДАЦІОК

