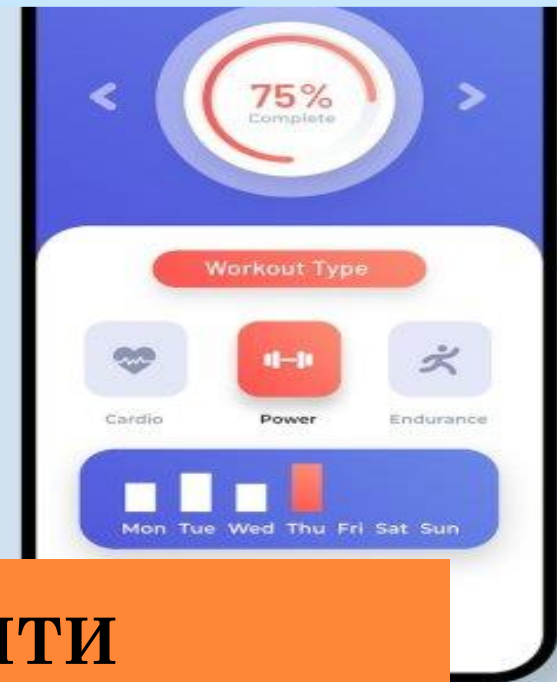
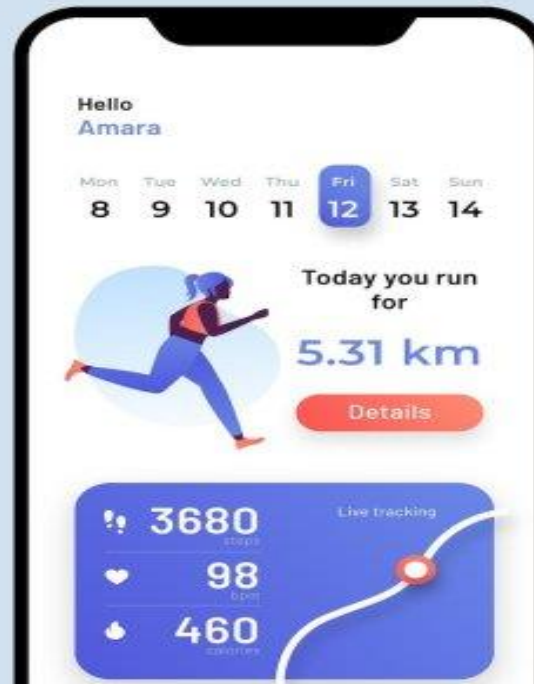


Освітній компонент за
вибором здобувача



ЦИФРОВІ ІНСТРУМЕНТИ У ФІЗИЧНІЙ КУЛЬТУРІ

Підсумкова форма контролю - залік

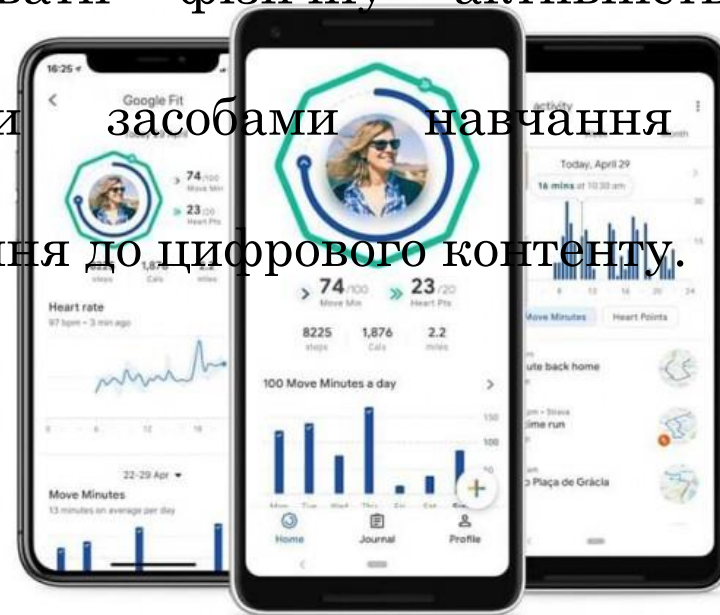
ЦИФРОВІ ІНСТРУМЕНТИ У ФІЗИЧНІЙ КУЛЬТУРІ

- **Мета дисципліни:** формування у студентів знань і навичок використання цифрових технологій для організації, контролю та вдосконалення процесу фізичного виховання і спортивної діяльності.
- **Предмет дисципліни:** цифрові інструменти, платформи та технології, що застосовуються у фізичній культурі, спорті та оздоровчій діяльності.



ОСНОВНІ ЗАВДАННЯ ДИСЦИПЛІНИ

- Ознайомити з сучасними цифровими технологіями у сфері фізичної культури.
- Навчити використовувати фітнес-додатки та онлайн-платформи.
- Сформуванати навички моніторингу фізичного стану за допомогою гаджетів.
- Розвинути вміння аналізувати фізичну активність і результати тренувань.
- Ознайомити з цифровими засобами навчання та дистанційного викладання.
- Сформуванати критичне ставлення до цифрового контенту.



ЦИФРОВІ ІНСТРУМЕНТИ У ФІЗИЧНІЙ КУЛЬТУРІ

- Дисципліна охоплює використання мобільних додатків, фітнес-трекерів, смарт-годинників, онлайн-платформ для тренувань, а також цифрових технологій для оцінювання фізичного стану, планування занять і дистанційного навчання. Розглядаються питання безпеки даних і цифрової грамотності.



ОРІЄНТОВАНИЙ ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

1. Вступ до цифрових технологій у фізичній культурі.
2. Фітнес-додатки та їх використання у тренувальному процесі.
3. Смарт-гаджети (фітнес-браслети, годинники) для моніторингу активності.
4. Онлайн-платформи для тренувань і навчання.
5. Аналіз і обробка даних фізичної активності.
6. Відеотехнології у навчанні фізичних вправ.
7. Дистанційне навчання у фізичній культурі.
8. Гейміфікація у фізичному вихованні.
9. Безпека персональних даних у цифровому середовищі.
10. Цифрова грамотність фахівця фізичної культури.
11. Використання соціальних мереж у популяризації спорту.
12. Інновації та перспективи розвитку цифрових технологій у спорті.



ОЧІКУВАНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ

- Студент повинен:
 - знати сучасні цифрові інструменти у фізичній культурі;
 - вміти використовувати додатки та гаджети для тренувань;
 - аналізувати показники фізичної активності;
 - застосовувати цифрові технології у професійній діяльності;



ОБИРАЙ СВІДОМО!

