



НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ УКРАЇНИ



Спортивні споруди та тренажерне обладнання



Кафедра інноваційних та інформаційних
технологій у фізичній культурі і спорті



Кафедра здоров'я,
фітнесу та рекреації



**Сьогодні в Україні діє діє 1569 фітнес-об'єктів,
26 % з них – у столиці,
41% з них - мережеві, 59 % немережеві**





2,6 % – покриття фітнес-послугами в Україні
1,09 млн населення користуються фітнес-послугами



Українська індустрія фітнесу переживає період укрупнення бізнесу та кожного року постійно відкриваються десятки нових фітнес клубів, які потребують сотні кваліфікованих спеціалістів



Переважна кількість випускників нашого університету працюють у фітнес-індустрії

Навчальна дисципліна «Спортивні споруди та тренажерне обладнання» формує у студентів знання про можливості використання сучасного тренажерного обладнання, сучасних інформаційних технологій у практиці фізичної культури та спорту



Спрямована на вивчення загальних основ проектування, будівництва, ремонту та експлуатації спортивних споруд, призначених для занять спортом, масових фізкультурно-оздоровчих заходів за місцем проживання, в навчальних закладах, спортивних клубах, у місцях відпочинку тощо



- ТРЕНЕР, А Я ТОЧНО ПОХУДЕЮ?



В процесі вивчення дисципліни «Спортивні споруди та тренажерне обладнання» студенти набувають навичок розробки та підбору тренувальних програм на тренажерах

- САМОМУ ІНТЕРЕСНО



Ознайомлення студентів з сучасним тренажерним обладнанням, засобами та методами його використання у практиці фізичної культури та спорту



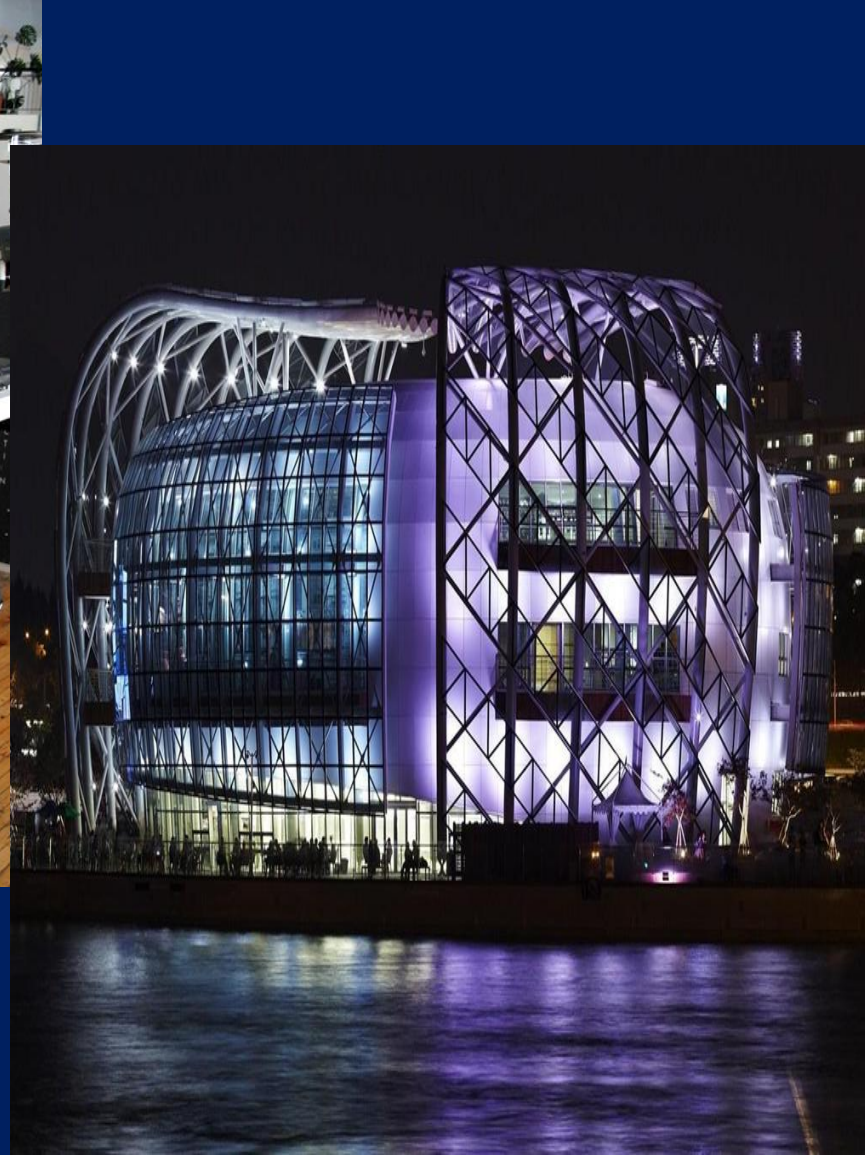
Навчаються техніки виконання фізичних вправ на тренажерних пристроях

Навчаються техніки виконання фізичних вправ з вільною вагою





Навчаються способам страховки при виконанні фізичних вправ з вільною вагою



Засвоюють навички експлуатації сучасного тренажерного обладнання та використовують інформацію для вирішення завдань контролю у рекреації, фізичному вихованні та в оздоровчому і спортивному тренуванні



Знайомство з форматом тренування TRX





Робота з обладнанням для функціонального тренування Кроссфіт



Засвоюють навички наукового підходу до педагогічної інтерпретації даних, одержаних під час проведення досліджень на тренажерах, вміння робити обґрунтовані висновки



**На вивчення навчальної дисципліни відводиться
90 годин/3 кредити ECTS**



Заняття проходять в спорткомплексі НУФВСУ «Олімпійський стиль»
В спорткомплексі поруч зі звичайними відвідувачами тренуються олімпійські чемпіони та спортсмени національних збірних команд з видів



Заняття проводять викладачі — випускники НУФВСУ, які мають спортивні звання, учені ступені та багаторічний досвід практичної роботи

**Загальна площа комплексу — 2500 м², з яких тренажерний зал — 1500 м².
Просторий зал оснащено сучасною системою клімат-контролю.**



Кардіотеатр представлений біговими доріжками, велотренажерами, степперами, еліптичними тренажерами, оснащеними датчиками зчитування пульсу й автоматичним контролем рівня фізичного навантаження.



Зал укомплектовано тренажерами провідної італійської фірми «Technogym» - технологічними та сучасними, які обладнані інтерактивними екранами, Інтернетом та зарядними пристроями для мобільних телефонів



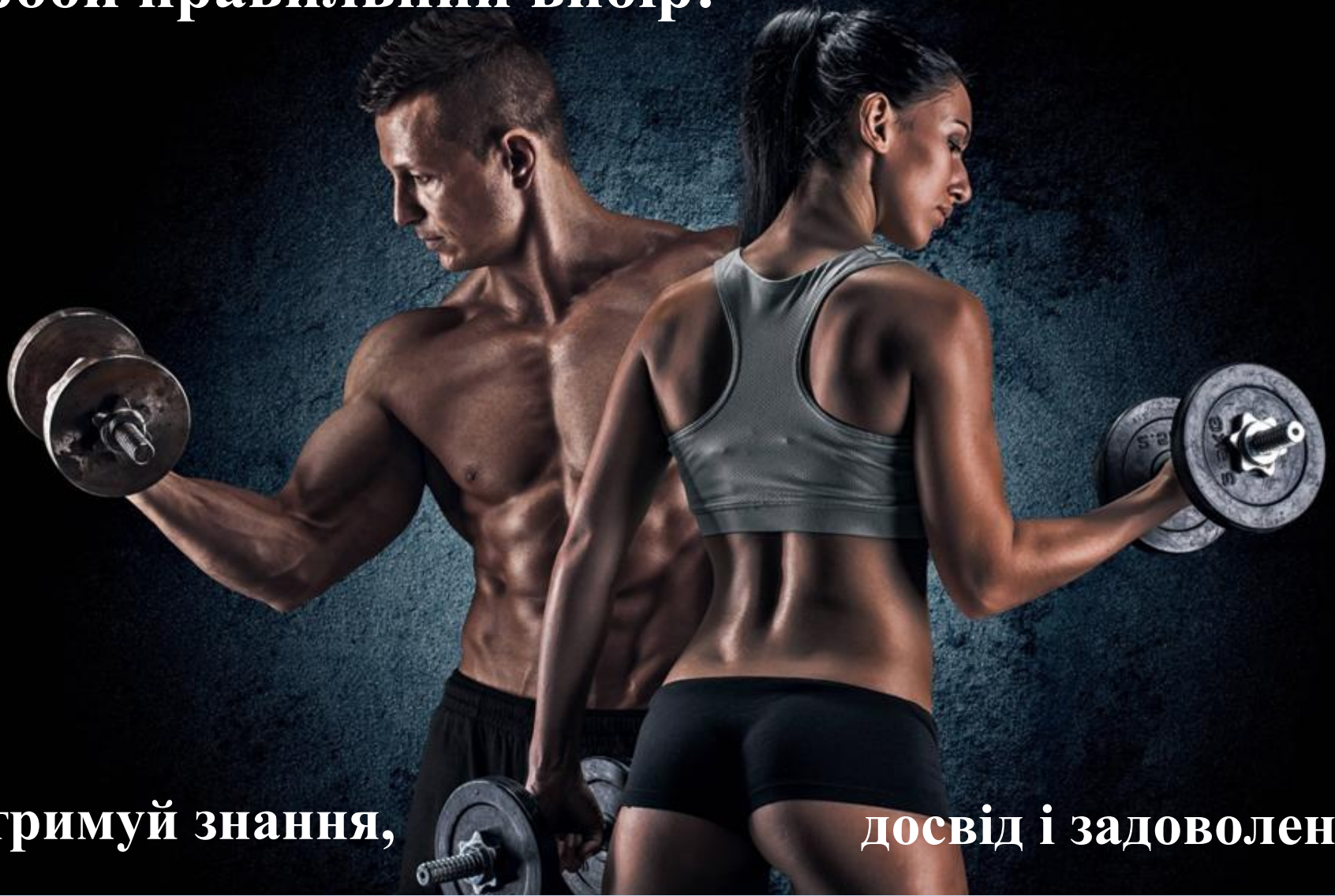
Деякі тренажери дозволяють синхронізовувати актуальні дані тренування зі спортивними програмами на смартфонах



Особливе місце в залі займають інноваційні тренажери лінії «Flexability», призначені для ефективного збільшення загальної гнучкості тіла і зняття больового синдрому в спині, викликаний неправильною поставою або тривалим сидінням



Зроби правильний вибір!



Отримуй знання,

досвід і задоволення!

**Вибирай дисципліну «Спортивні споруди та
тренажерне обладнання»!**



ДЯКУЄМО ЗА УВАГУ!

