

Дисципліна	Вибіркова дисципліна 2 «СУЧАСНІ ОЗДОРОВЧІ ТЕХНОЛОГІЇ»
Рівень ВО	бакалаврський
Назва спеціальності / освітньо-професійної програми	014 «Середня освіта (Фізична культура)» / «Середня освіта. Фізична культура»
Форма навчання	денна / заочна
Курс, семестр, протяжність	Денна / Заочна: 2-й курс, 3-й семестр, один семестр
Семестровий контроль	залік
Обсяг годин (усього: з них лекції / практичні)	Денна: 4 кредити, 120 год. (лекції – 28 год., практичні – 26 год.) Заочна: 4 кредити, 120 год. (лекції – 8 год., лабораторні – 18 год.)
Мова викладання	українська
Кафедра, яка забезпечує викладання	Теорії фізичного виховання та рекреації
Автор дисципліни	Професор Белікова Наталія Олександрівна
Короткий опис	
Вимоги до початку вивчення	Наявність достатнього освітнього базису з анатомії та фізіології людини, психології фізичної активності
Що буде вивчатися	Сучасні підходи до «феномену» здоров'я людини та критерії його кількісної оцінки; традиційні та інноваційні системи оздоровлення особистості; принципи побудови індивідуальних оздоровчих програм
Чому це цікаво / треба вивчати	Для формування у здобувачів освіти осмисленого та відповідального ставлення до свого здоров'я та здоров'я оточуючих, раціонального використання свого фізичного потенціалу, набуття компетентностей з оздоровлення та відновлення людини за допомогою як сучасних, так і нетрадиційних систем оздоровлення
Чому можна навчитися (результати навчання)	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Демонструвати готовність до зміцнення особистого та громадського здоров'я шляхом комплексного використання рухової активності оздоровчої спрямованості та інших чинників здорового способу життя. ✓ Вміти характеризувати механізм впливу оздоровчих методик з фізіологічних позицій. ✓ Навчити застосуванню у майбутній професійній діяльності різноманітних сучасних засобів і нетрадиційних систем оздоровлення.

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Скласти персональні програми оздоровлення на основі показників стану здоров'я та пропозицій ВООЗ
<p>Як можна користуватися набутими знаннями й уміннями (компетентності)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Здатність орієнтуватися у видах та закономірностях розвитку здоров'я людини у нормі та патології. ✓ Здатність оцінювати стан здоров'я за допомогою різних методів дослідження. ✓ Здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування, природних факторів та інших чинників здорового способу життя. ✓ Здатність розробляти програми індивідуального оздоровлення, спрямовані на профілактику, корекцію слабких ланцюгів особистого здоров'я, підтримку та розвиток ресурсів організму.
Інформаційне забезпечення	Силабус, презентаційні матеріали
Web-посилання на (опис дисципліни) силабус навчальної дисципліни на вебсайті факультету (інституту)	

Здійснити вибір - [«ПС-Журнал успішності-Web»](#)