

Освітній компонент	Вибірковий освітній компонент 2 « НАУКОВІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ »
Рівень ВО	третій (освітньо-науковий) рівень
Назва спеціальності/ освітньо-професійної програми	014 Середня освіта (Фізична культура) / Теорія та методика навчання фізичної культури 017 Фізична культура і спорт/ Фізична активність різних груп населення
Форма навчання	денна (очна, вечірня), заочна
Курс, семестр, протяжність	1 (2 семестр), 4 кредити ЄКТС
Семестровий контроль	залік
Обсяг годин (усього: з них лекції / практичні)	120 год, з них: лекц. – 10 год., практ. – 14 год
Мова викладання	українська
Кафедра, яка забезпечує викладання	Теорії фізичного виховання та рекреації
Автор дисципліни	Доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри теорії фізичного виховання та рекреації Белікова Наталія Олександрівна
Короткий опис	
Вимоги до початку вивчення	Наявність достатнього освітнього базису з дисциплін циклу загальної та професійної підготовки бакалавра та магістра.
Що буде вивчатися	Наукові засади формування соціально активної, фізично здорової, духовно багатой особистості, набуття навичок превентивної освіти (попередження негативних явищ серед окремих груп та населення загалом).
Чому це цікаво / треба вивчати	Вивчення курсу поглиблює знання здобувачів наукового ступеня доктора філософії щодо осмисленого та відповідального ставлення до свого здоров'я та здоров'я оточуючих, раціонального використання фізичного потенціалу людини, набуття компетентностей з оздоровлення та відновлення людини за допомогою науково обґрунтованих систем оздоровлення.
Чому можна навчитися (Результати навчання)	✓ Демонструвати готовність до зміцнення особистого та громадського здоров'я шляхом комплексного використання рухової активності оздоровчої спрямованості та інших чинників здорового способу життя.

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Вміти характеризувати механізм впливу оздоровчих методик з фізіологічних позицій. ✓ Навчити застосуванню у майбутній професійній діяльності різноманітних сучасних засобів і нетрадиційних систем оздоровлення. ✓ 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.