



СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «МЕТОДИКА ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ»

Компонента освітньої програми – *вибіркова* (4,5 кредита)

Освітньо-професійна програма	Середня освіта (Біологія та здоров'я людини)
Спеціальність	014.05 «Середня освіта (Біологія та здоров'я людини)»
Галузь знань	<u>01 «Освіта/Педагогіка»</u>
Рівень вищої освіти	другий (магістерський)
Мова навчання	українська
Профайл викладача (-ів)	Чорней Ілля Ілліч, д.б.н., професор, завідувач кафедри ботаніки та природоохоронної діяльності https://botany.chnu.edu.ua/kolektyv-kafedry/chornei-illia-illich/
Контактний тел.	+380972693854
E-mail:	il.chorney@chnu.edu.ua
Сторінка курсу в Moodle	<i>покликання на сторінку навчальної дисципліни в Moodle</i>
Консультації	кожен вівторок, 15.00–17.00

АНОТАЦІЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

В умовах постійно мінливого соціального середовища проблема збереження здоров'я стає однією з найбільш гострих проблем сучасності. Спрямованість особистості на здоровий спосіб життя – процес, тривалий за часом, що починається з дитячого віку. У зв'язку з цим система освіти є найважливішим механізмом у формуванні практичних умінь і навичок збереження і зміцнення здоров'я, мотивації людини на здоровий спосіб життя.

Як показують наукові дослідження, ведення здорового способу життя прямо впливає на збереження, зміцнення і відновлення здоров'я і опосередковано – на успіх у навчанні, сприяє інтелектуальному й духовному розвитку особистості. Він впливає на фізичний стан організму, сприяє гармонійному розвитку тіла людини та високому рівню функціонування систем організму. Людина, яка веде здоровий спосіб життя, вільніше долає психоемоційні труднощі, стресові ситуації. Здоровий спосіб життя позитивно впливає на духовну сторону здоров'я: на ціннісні орієнтири, оптимізм, моральні й вольові якості.

Мета навчальної дисципліни. оволодіти методологією формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя у дітей та молоді у контексті вивчення шкільного предмета «Основи здоров'я», свідомого ставлення до свого здоров'я, оволодіння основами здорового способу життя, навичками безпечної для життя та здоров'я поведінки.

Завдання навчальної дисципліни:

- розробка й реалізація уявлень про здоров'я, поєднання елементів знань щодо збереження і захисту життя та зміцнення здоров'я школяра;
- кількісне оцінювання рівня здоров'я практично здорового учня, його прогнозування, характеристика способу та якості життя, навчання учнів на цій основі методам самооцінки й контролю стану та рівня здоров'я протягом усіх років навчання;
- розробка індивідуальної оздоровлювальної системи;
- формування культури та «психології» здоров'я, мотивації до корекції способу життя для закріплення здоров'я;
- реалізація індивідуальних оздоровлювальних програм, первинної та вторинної профілактики захворювань, оцінювання ефективності оздоровлювальних програм;
- формування навичок оздоровчої поведінки, спрямованої на збереження життя та зміцнення здоров'я;
- усвідомлення потреби в здоровому способі життя, культурі здоров'я

В результаті вивчення цієї дисципліни студент буде *знати* основні підходи концепції формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя молоді (діяльнісний, циклічний і системний); базові принципи формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя дітей та молоді (принцип науковості і доступності інформації відповідних знань, принцип системності й наскрізності, принцип неперервності та практичної цілеспрямованості, принцип інтегративності, принцип динамічності і відкритості, принцип плюралізму і дисперсності, принцип превентивності); критерії формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя у дітей та молоді; фактори (чинники), які впливають на формування здоров'я школярів в процесі навчання (об'єктивні та суб'єктивні).