

Шкільний курс та методика навчання основам здоров'я

Галузь знань: 01 Освіта/Педагогіка

ОПР: Бакалавр

Спеціальність: 014 Середня освіта (Хімія)

Освітньо- професійна програма : Середня освіта (Хімія, Біологія та здоров'я людини)

Статус: вибіркова

Рік, семестр, кількість кредитів: 1 рік, 2 семестр, 4 кредити

Вид контролю: залік

Викладач: Калініченко Надія Андріївна

доктор педагогічних наук, професор

Мета навчальної дисципліни:

1.1. Метою викладання навчальної дисципліни “Шкільний курс та методика навчання основам здоров'я ” є формування психолого-педагогічної компетентності майбутнього вчителя основ здоров'я у викладанні в навчальних закладах предметів і факультативних курсів профілактичного спрямування, організації позакласної та позашкільної діяльності з метою формування у дітей і молоді мотивації до здорового і продуктивного способу життя.

1.2. *Основними завданнями вивчення дисципліни* “ Шкільний курс та методика навчання основам здоров'я ” є розробка і реалізація уявлень про сутність здоров'я, побудова діагностичних моделей і методів його оцінки, а також прогнозування. Кількісна оцінка рівня здоров'я практично здорової людини, його прогнозування, характеристики образу і якості його життя; розробка на цій основі систем скринінгу і моніторингу за станом здоров'я індивіда, формування індивідуальних оздоровчих програм. Формування "психології" здоров'я, мотивації до корекції способу життя індивідом з метою зміцнення здоров'я. Реалізація індивідуальних оздоровчих програм, первинна та вторинна профілактика захворювань, оцінка ефективності оздоровчих заходів.

1.3. *Перелік знань, умінь та навичок студентів.*

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні **знати:**

- сучасну концепцію здоров'я, безпеки і розвитку;
- актуальні потреби, інтереси й вікові можливості учнів;
- принципи освіти на основах набуття життєвих навичок;
- перелік найважливіших життєвих навичок;
- структуру і зміст навчальної програми з основ здоров'я;
- методи моніторингу й оцінки профілактичних курсів і програм;
- основи діагностики фізичного та психічного здоров'я людини, його прогнозування;
- основи формування здоров'я людини в онтогенезі;
- основи збереження здоров'я людини та збільшення його резервів.

вміти:

- складати індивідуальну карту здоров'я;
- оцінювати психотип та соціотип людини, рівень його психічної активності;
- складати прогноз індивідуального здоров'я на основі комплексного обстеження;
- здійснювати прогнозування «критичних періодів» у стані здоров'я і можливості кризисних ситуацій, означення біоритмів людини;
- оцінювати психотип людини та його схильність до хвороб;
- здійснювати оцінку стану здоров'я альтернативними методами;

- складати індивідуальну програму оздоровлення;
- визначати рівень фізичного стану людини, яка починає оздоровче фізичне тренування;
- оцінювати щоденник самоконтролю та провести лікарський контроль фізкультурника;
- складати індивідуальні рухові програми;
- складати індивідуальні програми харчування.

Програма навчальної дисципліни включає лекції, практичні заняття, самостійну роботу студентів.

Основний зміст лекційного курсу: методика вивчення навчального матеріалу. Моделювання уроків та навчальних ситуацій. Вступ. Значення здоров'я в житті людини. Життя і здоров'я людини. Цінність і неповторність життя людини. Здоров'я - необхідна умова розвитку людини. Здоровий спосіб життя. Основні складові здоров'я: фізична, соціальна, психічна, духовна. Їх зв'язок і взаємовплив. Безпека і небезпека для життя. Основні небезпеки: природні, техногенні, спричинені людиною (антропогенні). Фізична складова здоров'я. Розвиток підлітків. Життєвий ритм. Активний відпочинок. Загартовування. Соціальна складова здоров'я. Право на здоров'я. Сім'я і здоров'я. Профілактика ВІЛ - інфікування. Безпечне середовище. Безпечна поведінка. Служби захисту. Психічна і духовна складові здоров'я. Спілкування і здоров'я. Настрій і здоров'я. Вплив настрою на спілкування і здоров'я. Співчуття і співпереживання. Позитивний вплив на здоров'я дружніх стосунків між однокласниками, хлопчиками та дівчатками. Повага до старших і молодших, слабших і немічних, членів сім'ї. Протидія виявам насильства в учнівському середовищі.

Практичні заняття передбачають закріплення теоретичних знань, засвоєння основних понять, визначень, теорій, концепцій здорового способу життя та умов і стану навколишнього середовища; формування звичок і умінь які пропагують здоровий спосіб життя і піклуються про здоров'я людини.