

Назва кафедри, викладач	Біології людини, хімії та МНХ, Колесник Ю.І.
Назва дисципліни	Технології збереження здоров'я
Загальна кількість кредитів (годин)	4 кредити (120 годин)
Курс та півріччя, де починається дисципліна	2 курс (3 семестр)
Форма навчання, для якої дисципліна пропонується	денна, заочна
Попередні умови	Анатомія людини, Вікова фізіологія та здоров'я дитини, Цитологія з основами ембріології
Назва спеціальностей, для яких пропонується вивчення дисциплін	091 Біологія, 014 Середня освіта (Біологія та здоров'я людини)
Короткий опис дисципліни 	<p>Предметом вивчення дисципліни є ефективне формування здорового способу життя, а також техніки збереження та зміцнення здоров'я на основі валеологічних знань.</p> <p>Мета навчальної дисципліни: <u>формування</u> осмисленого та відповідального відношення до здоров'я <u>через засвоєння</u> сучасних наукових знань про фізіологічні основи здоров'я та здоровий спосіб життя як стиль поведінки, традиційних та інноваційних технологій, моделей оздоровлення; формування основ особистісної валеологічної культури та навичок здоров'язбережувальної поведінки як умови ефективної професійної діяльності (в т.ч. освітньої).</p> <p>В результаті вивчення дисципліни ви будете знати:</p> <p>– методи та способи, які зберігають та укріплюють здоров'я; фактори, які порушують здоров'я та головні прийоми та методи профілактики його відхилень; культуру здорового способу життя; сучасні оздоровчі практики (ритмопластика, види ігрової рухової активності, спеціальні види гімнастики, способи релаксації та психогігієни тощо).</p> <p>вміти застосовувати технології :</p> <ul style="list-style-type: none"> • медико-профілактичні; • фізкультурно-оздоровчі; • забезпечення соціально-психологічного благополуччя; • здоров'язбереження; • валеологічної освіти.