



Назва навчальної дисципліни	ОЗДОРОВЧІ ТЕХНОЛОГІЇ
Галузь знань	<i>01 Освіта / Педагогіка</i>
Спеціальність	<i>014 Середня освіта (Біологія та здоров'я людини)</i>
Кількість кредитів	4
Шифр навчальної дисципліни	ВК
Прізвище, ім'я, по батькові викладача	<i>Головатюк Людмила Михайлівна</i>
Науковий ступінь	<i>кандидат біологічних наук</i>
Вчене звання	<i>доцент</i>
Посада викладача	<i>доцент кафедри біології, екології та методик їх навчання</i>
Контактний телефон викладача	0987722220
Профайл викладача	http://www.kogpi.edu.te.ua/images/stories/me/stryktyra/kaf_biologia/golovatyuk.pdf
Е-mail викладача	liudmylam1@ukr.net
Розклад консультацій	<i>Очні консультації</i>
Час проведення	<i>14.40 – 17.00</i>
Місце проведення	<i>43 ауд.</i>

Опис дисципліни

Навчальна дисципліна «Оздоровчі технології» належить до вибіркових компонентів циклу професійної підготовки здобувача першого (бакалаврського) рівня вищої освіти ОПП Середня освіта (Біологія та здоров'я людини), метою якої є теоретична, практична і методична підготовка студентів до організації навчально-виховного процесу в школі, що дасть можливість забезпечити високу працездатність школярів, а також навчає добирати і організовувати заходи, які сприяють протидії несприятливих факторів та збереженню здоров'я.

Основними завданнями вивчення дисципліни є:

- ознайомитись з основними компонентами здоров'язбережувальних технологій;
- ознайомитись з технологіями збереження фізичного та психічного здоров'я учнів, технологіями формування здорового способу життя, медико-гігієнічними та психолого-педагогічними технологіями, фізкультурно-оздоровчими технологіями та технологіями забезпечення безпеки життєдіяльності;
- вивчити технології збереження здоров'я у сім'ї;
- з'ясувати теоретичні та практичні аспекти впровадження в освітній процес оздоровчих технологій;
- ознайомитись з іміджевими характеристиками сучасного вчителя.

Навчальний контент

Теми лекцій	Теми практичних занять	Методи контролю	К-ть балів
Змістовий модуль І. Технології здоров'язбереження учнів.			
Тема 1. Проблема здоров'язбереження учнів в сучасному суспільстві.	Проблема здоров'язбереження учнів в сучасному суспільстві.	Усне та письмове опитування, тестовий контроль	25
Тема 2. Основні компоненти здоров'язбережувальних технологій.	Основні компоненти здоров'язбережувальних технологій.		
Тема 3. Технології збереження фізичного здоров'я учнів.	Технології збереження фізичного здоров'я учнів.		

Тема 4. Технології збереження психічного здоров'я учнів.	Технології збереження психічного здоров'я учнів.		
Тема 5. Технології збереження соціального і духовного здоров'я школярів.	Технології збереження соціального і духовного здоров'я школярів.		
Змістовий модуль II. Технології формування здорового способу життя.			
Тема 6. Технології формування здорового способу життя учнів.	Тема 6-7. Технології формування здорового способу життя учнів.	Усне та письмове опитування, тестовий контроль	35
Тема 7. Медико-гігієнічні технології.	Медико-гігієнічні технології.		
Тема 8. Психолого-педагогічні технології здоров'язбереження.	Психолого-педагогічні технології здоров'язбереження.		
Тема 9. Фізкультурно-оздоровчі технології	Фізкультурно-оздоровчі технології		
Тема 10. Технології забезпечення безпеки життєдіяльності.	Технології забезпечення безпеки життєдіяльності.		
Тема 11. Здоров'язберігаючі технології в сім'ї.	Здоров'язберігаючі технології в сім'ї.		
Змістовий модуль III. Впровадження здоров'язберезувальних технологій в навчальний процес			
Тема 12. Впровадження в навчально-виховний процес оздоровчих технологій.	Впровадження в навчально-виховний процес оздоровчих технологій.	Усне та письмове опитування, тестовий контроль	10
Тема 13. Іміджеві характеристики як основа психічного здоров'я сучасного вчителя.	Іміджеві характеристики як основа психічного здоров'я сучасного вчителя.		
Індивідуальне навчально-дослідне завдання			10
Підсумковий тест			20
Всього			100

Формування програмних компетентностей

Індекс в матриці ОП	Програмні компетентності
ІК	Здатність розв'язувати складні задачі та проблеми в галузі освіти, що передбачає проведення досліджень і здійснення інновацій та характеризується комплексністю і невизначеністю умов та вимог
ЗК1	Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу, до застосування знань у практичних ситуаціях.
ЗК2	Знання й розуміння предметної області та професійної діяльності.
ЗК8	Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та значення у розвитку суспільства, техніки і технологій.
ЗК9	Здатність зберігати особисте фізичне та психічне здоров'я, вести здоровий спосіб життя, керувати власними емоційними станами; конструктивно та безпечно взаємодіяти з учасниками освітнього процесу, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку

ФК 10	Здатність використовувати біологічні поняття, закони, концепції, вчення і теорії біології науки для пояснення та розвитку в учнів розуміння цілісності та взаємозалежності живих систем і організмів
ФК 11	Здатність розуміти і пояснювати будову, функції, життєдіяльність, розмноження, класифікацію, походження, екологію, поширення, використання, охорону живих організмів і систем усіх рівнів організації.
ФК 12	Здатність розкривати сутність біологічних явищ, процесів і технологій, розв'язувати біологічні задачі.
ФК 13	Здатність організовувати і здійснювати дослідницьку діяльність в лабораторних і польових умовах, інтерпретувати її результати; користуватися обладнанням, препаратами, виготовляти біологічні препарати та формувати колекції і гербарії.
ФК 14	Здатність формувати знання для обрання ефективних шляхів і способів збереження, зміцнення та відновлення здоров'я людини.

Формування програмних результатів

Індекс в матриці ОП	Програмні результати навчання
РН 14	Знає і використовує біологічну термінологію і номенклатуру, розуміє основні концепції, теорії, закони в галузі біологічних наук і на межі предметних галузей.
РН 15	Знає і пояснює будову та основні функціональні особливості підтримання життєдіяльності живих організмів, сучасну систему живих організмів, роль живих організмів та біологічних систем різного рівня у житті суспільства, їх використання, охорону, відтворення.
РН 16	Знає і описує будову й функції організму людини, основи здорового способу життя, розвитку і збереження фізичного, психічного, соціального та ментального здоров'я та мотивує учнів до збереження здоров'я.
РН 17	Володіє методами розв'язування біологічних задач.

Політика оцінювання

- **Політика щодо дедлайнів та перескладання:** Перескладання тем / модулів відбувається під час проведення консультацій керівника курсу.
- **Політика щодо академічної доброчесності:** Списування під час контролю знань заборонено (в т.ч. із використанням мобільних девайсів). Мобільні пристрої дозволяється використовувати лише під час підготовки практичних завдань в процесі заняття.
- **Політика щодо відвідування:** Відвідування занять є обов'язковим. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, працевлаштування, міжнародне стажування) навчання може відбуватись в он-лайн формі за погодженням із керівником курсу.

Індивідуальні завдання

1. Поняття про здоров'я та хворобу.
2. "Дні здоров'я" та туристичні походи.
3. Формування постави у шкільному віці.
4. Інфекційні захворювання та їх профілактика.
5. Вплив гормонів на організм.
6. Вплив фізичного навантаження і тренування на розвиток дихальної системи.
7. Вплив фізичного навантаження і тренування на розвиток серцево-судинної системи.
8. Принципи здорового харчування.
9. Профілактика гіподинамії.

10. Профілактика захворювань шкіри.
11. Загартовування дітей шкільного віку.
12. Емпатія.
13. Психологічний клімат в колективі.
14. Вплив куріння та алкоголю на організм.
15. Вплив комп'ютерних ігор на психологічний стан дитини.
16. Неврози дітей шкільного віку.
17. Наркоманія.
18. Масаж.
19. Профілактика стресу.
20. Особиста гігієна.

Літературні джерела

Базові

1. Антонік В.І., Антонік І.П., Андріанов В.Є. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. Навчальний посібник. К.: «Професіонал», 2009. 336 с.
2. Бойченко Т. Валеологія – мистецтво бути здоровим. Здоров'я та фізична культура. 2005. №2. С.1-4.
3. Ващенко О. Свириденко С. Готовність вчителя до використання здоров'язберігаючих технологій у навчально-виховному процесі. Здоров'я та фізична культура. 2006. № 8 С. 1-6.
4. Воронцова Т.В. Навчання здоровому способу життя на основі життєвих навичок К. : Просвіта, 2007. 246 с.
5. Габріелян А.Е. Імідж педагога в системі освіти. Особистісне зростання вчителя. Золочів. 2010. 46 с.
6. Інтерактивні технології навчання: теорія, практика, досвід: Методичний посібник. Автор-укладач.: О.Пометун, Л.Пироженко. К.: А.П.Н.; 2002 136 с.
7. Колонькова О., Литовченко О. Здоров'язберігаючі технології у навчальному закладі. К.: Шкільний світ, 2009. 125 с.

Допоміжні

1. Біологія. Шкільний світ № 8 (740), квітень 2014. 86 с.
2. Валеологія. В.Г. Грибан. Навчальний посібник. К.: Центр навчальної літератури, 2003. 256 с.
3. Державні санітарні правила і норми влаштування, утримання загальноосвітніх навчальних закладів та організації навчально-виховного процесу. ДСанПін 5.5.2008-01 МОЗ України, МОН України, 2001. 78 с.
4. Маруненко, І. М., Неведомська Є.О., Бобрицька В.І. Анатомія і вікова фізіологія з основами шкільної гігієни: курс лекцій. К. : ВД "Професіонал", 2004. 248 с.
5. Основи гігієни і санітарії Під. ред. Колесова Д.В. К. 1989. 191 с.
6. Пашко К.О. Гігієна та екологія. Тернопіль. Укрмедкнига, 2022.
7. Плахтій П.Д., Підгорний В.К., Соколенко Л.С. Основи шкільної гігієни і валеології: теорія, практикум, тести Кам'янець-Подільський, Вид-во Медобори, 2019. 332 с.
8. Хижняк М.І., Нагорна А.М. Здоров'я людини та екологія. К. 1995. 232 с.

Інформаційні ресурси

1. ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ НА УРОКАХ З ОСНОВ ЗДОРОВ'Я. Режим доступу: <http://dspace.pnpu.edu.ua/bitstream/123456789/16659/1/41.pdf>
2. Здоров'язберігаючі технології в системі роботи класного керівника як один із методів ціннісного ставлення до себе. Режим доступу: <https://dorobok.edu.vn.ua/article/view/798>

3. ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧІ ТЕХНОЛОГІЇ В ОСВІТНЬОМУ ПРОЦЕСІ ВИЩОГО НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ. Режим доступу: <https://pedpsy.duan.edu.ua/images/PDF/2018/2/15.pdf>
4. ІННОВАЦІЙНІ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧІ ТЕХНОЛОГІЇ У ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ. Режим доступу: http://eprints.zu.edu.ua/31287/1/%D0%9C%D0%B0%D0%BA%D0%B5%D1%82_%D0%97%D0%91%D0%86%D0%A0%D0%9D%D0%98%D0%9A_%D0%9A%D0%9E%D0%9D%D0%A4%D0%95%D0%A0%D0%95%D0%9D%D0%A6%D0%86%D0%87_%20%D0%A2%D0%95%D0%A5%D0%9D%D0%9E%D0%9B%D0%9E%D0%93%D0%86%D0%87.pdf
5. Національна бібліотека ім. В.І. Вернадського. Режим доступу: <http://www.nbuv.gov.ua/>
6. ШКІЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я УЧНІВ: ЗАГАЛЬНА КЛАСИФІКАЦІЯ Режим доступу: <https://core.ac.uk/download/pdf/288282565.pdf>
7. Савченко Ю. Вікова фізіологія. Режим доступу: <https://www.bookovka.ua/uk/medicina/915219-voznrastnaya-fiziologiya-fiziologicheskie-osobennosti-detej-i-podrostkov-uchebnoe-posobie.html>