|  |  |
| --- | --- |
| Назва та код дисципліни | Основи валеології, І-ф14-4 |
| Рекомендується для галузі знань *(спеціальності, освітньої програми)* | 223, 224, 227, 229, 231 |
| Кафедра | Кафедра загальної медицини з курсом фізичної терапії |
| П.І.П. НПП *(за можливості)* |  |
| Рівень ВО | Перший (бакалаврський) |
| Курс *(на якому буде викладатись)* | Третій (5 семестр) |
| Мова викладання | Українська |
| Вимоги до початку вивчення дисципліни |  |
| Що буде вивчатися | Закономірності формування, збереження, зміцнення здоров'я людини, а також шляхи і способи пропаганди здорового способу життя та прищеплення культури здоров'я. |
| Чому це цікаво/треба вивчати | З прагненням суспільства до формування тенденцій щодо збереження свого здоров'я шляхом організації здорового способу життя та формування глибоких теоретичних та практичних знань про взаємозв'язки фізичного, психічного і соціального здоров'я людини змушують повніше вивчати здобувачами вищої освіти саме структуру та формування валеологічної культури. |
| Чому можна навчитися (результати навчання) | Можна навчитися формуванню почуття відповідальності за власний стан здоров’я та інших людей, формуванню мотивації до здорового способу життя, наданню об’єктивної інформації щодо чинників, які впливають на здоров’я людини |
| Як можна користуватися набутими знаннями і уміннями (компетентності) | Попередити виникнення хвороб, які пов’язані із незбалансованим харчуванням; скласти індивідуальний розпорядок дня відповідно до біоритмів; оцінити рівень фізичного здоров’я та адаптаційний потенціал; вибрати оптимальні методи фізичного оздоровлення та вміння застосовувати принципи раціонального харчування у повсякденному житті. |
| Інформаційне забезпечення | Законодавчі документи. Мультимедійне та програмне забезпечення |
| Види навчальних занять (лекції, практичні, семінарські, лабораторні заняття тощо) | Лекції, практичні заняття. |
| Вид семестрового контролю | Диференційований залік |
| Максимальна кількість здобувачів | 120 |