



Силабус дисципліни «Велнес-консультування»

Викладач: Файчук Олена Леонідівна, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри соціальної роботи, педагогіки і логопедії, навчально-наукового медичного інституту, ЧНУ імені Петра Могили.

Очікувані результати навчання

В результаті вивчення дисципліни студенти мають:

– **знати** основні завдання, методи і принципи велнес консультування; дію зовнішніх та внутрішніх факторів на здоров'я людини; причини ризику та основи профілактики різних соматичних та психосоматичних захворювань; складові програми велнес консультування.

– **вміти** оцінювати стан свого здоров'я; складати велнес колесо з врахуванням усіх його складових; розробляти рекомендації з дотримання рухового режиму для осіб різного віку; обґрунтувати здоровий режим харчування; розробляти програму велнес консультування різних категорій населення.

Пререквізити

Базується на знаннях отриманих в результаті вивчення таких дисциплін як «Валеологія», «Вступ до спеціальності»..

Пореквізити

Студенти мають сформувані розуміння специфіки всіх складових велнесу особи, усвідомити важливість ведення здорового способу життя, навчитись визначати проблемні моменти фізичного, професійного, фінансового, емоційного, інтелектуального, духовного, екологічного, соціального благополуччя та розробляти рекомендації щодо їх усунення.

Обсяг: 4 кредити ECTS (120 год.), з яких 75 годин самостійної роботи.

Мета дисципліни — ознайомлення студентів з основними поняттями та засадами велнес-консультування, вимогами до консультативного процесу, особливостями консультування з питань здоров'я різних категорій населення.

Оригінальність навчальної дисципліни: авторський курс.

Зміст дисципліни

Тема 1. Поняття здоров'я та його складових, здорового способу життя.

Тема 2. Велнес-консультант: мета, завдання та функції діяльності. Особливості велнес-консультування: поняття, етапи, методи.

Тема 3. Велнес консультування з питань фізичного благополуччя.

Тема 4. Велнес консультування з питань професійного та фінансового благополуччя.

Тема 5. Велнес консультування з питань емоційного благополуччя.

Тема 6. Велнес консультування з питань інтелектуального та духовного благополуччя.

Тема 7. Велнес консультування з питань екологічного та соціального благополуччя

Тема 8. Зарубіжний досвід велнес консультування.

Критерії оцінювання самостійної роботи

Для засвоєння теоретичних основ дисципліни студенти мають підготувати презентацію про один із видів велнесу особи та здійснити пошукову роботу на задану тему. В оцінюванні самостійної роботи вагому роль відіграють два аспекти: 1) усний захист презентації та пошукової роботи на семінарському занятті – виступ та відповіді на питання. (50% оцінки); 2) повнота розкриття матеріалу у презентації та пошуковій роботі з дотриманням вимог до структури роботи (50% оцінки).

Семестровий контроль: Залік

Оцінювання:

За семестр: 70 балів

За залік: 30 балів

Види робіт:

Самостійна робота (Презентація про окремий вид велнесу, пошукова робота) –40 балів (2х20).

Опитування на групових заняттях – 30 балів (5х6).

Технічне забезпечення

Проекційне мультимедійне обладнання (проектор, екран, ноутбук/комп'ютер).

Доступ до мережі Internet, точка доступу Wi-Fi.

Система електронного навчання Moodle 3.9.

Політика щодо дедлайнів

Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку.

Політика щодо академічної доброчесності

Передбачає самостійне виконання передбачених робіт та завдань. Списування під час іспиту (в т. ч. із використанням мобільних пристроїв) заборонено. У разі виявлення плагіату або списування роботи не зараховуються.