



MOKOMŲJŲ SEMINARŲ PROGRAMA

1. Programos rengėjo vardas ir pavardė, darbovietė, pareigos

Arvydas Liepuonius, VDU Edukologijos instituto mokslinis bendradarbis, docentas, UAB „Projektų įgyvendinimo grupė“ subtiekęjas, lektorius-ekspertas

2. Lektorius (-iai) (vardas, pavardė, mokslinis laipsnis, kvalifikacinė kategorija)

Socialinių mokslų daktaras, docentas Arvydas Liepuonius

3. Programos pavadinimas, trukmė (val.)

POZITYVI SVEIKATOS ELGSENA - 8 AKAD. VAL.

5. Programos anotacija (aktualumas, reikalingumas)

Programa ne tik ir ne tiek atskleidžia negatyvios sveikatos gyvenimo elgsenos keliamas grėsmes atskiroms gyventojų grupėms, bet ir pademonstruoja pozityvios sveikatos gyvenimo elgsenos galimybes bei potencialą. Pozityvios sveikatos gyvenimo elgsenos propagavimas ir praktinių įgūdžių ugdymas padeda pasiekti salutogenetinių pokyčių bei poveikio tiek asmeniniame, tiek ir visuomeniniame kontekste.

6. Programos tikslas

supažindinti su pozityvios sveikatos elgsenos koncepcija atskleidžiant tokios gyvenimo elgsenos privalumus panaudojant sveikos gyvenimo elgsenos/pokyčių/ modelius visuomeniniame kontekste.

7. Programos uždaviniai

1. Supažindinti su pozityvios sveikatos elgsenos koncepcija ir ekologiniu požiūriu į su sveikata susijusiu elgesiu;
2. Atskleisti pozityvių sveikos gyvenimo elgsenos modelių teikiamus privalumus ir galimybes;
3. Formuoti salutogenetinį gyvenimo požiūrį į sveikatą.

8. Išsamus programos turinys (įgyvendinimo nuoseklumas: temos, užsiėmimų pobūdis (teorija./praktika/savarankiškas darbas ir trukmė)

Sveikos gyvenimo elgsenos įpročiai: ekologinis požiūris į su sveikata susijusį elgesį.

Negatyvus sveikatos aspektas-negalavimas, ligos, luošumas, invalidumas.

Pozityvus sveikatos aspektas-pajėgumas, tikras gerbūvis, gyvenimo kokybė.

Pozityvūs sveikos gyvenimo elgsenos modeliai:

Sveikatos įsitikinimų modelis;

Pagrįstų veiksmų teorija;

Suplanuoto elgesio teorija;

Elgesio keitimo stadijų modelis.

Salutegenezė: vidinė asmenybės darna.

Asmenybės vystymasis ir augimas, tolerancija, pagarbos ugdymas ir rūpinimasis kitais.

Sveikatos ir sveiko gyvenimo būdo reklama.

9. Tikėtinos kompetencijos, kurias įgis Programą baigęs asmuo, mokymo(si) metodai, įgytos(-ų) kompetencijos(-ų) įvertinimo būdai

<i>Kompetencijų sritis</i>	<i>Kompetencijos</i>	<i>Mokymo modelis (mokymo/si metodai, būdai)</i>	<i>Įgytų kompetencijų įvertinimo būdai</i>
Žinių ir supratimo įgijimas (teorinė dalis)	Socialinės, asmeninės	Paskaita, diskusijos, testai.	Diskusijos, apibendrinimas,
Gebėjimų įgijimas (praktinė dalis)	Komunikacinės, asmeninės	Situacijų modeliavimas, vaidmeniniai žaidimai, praktinių pratimų atlikimas, treniruotės; meninės-estetinės praktikos	Pademonstravimas, pavyzdžių pateikimas
Nuostatų ir požiūrių įgijimas (teorinė ir praktinė dalis)	Etinės-vertybinės	Informavimas apie pozityvią sveikatos elgseną. Motyvacijos ir pasitikėjimo didinimas žengiant pirmuosius žingsnius asmeniniuose pokyčiuose. Nuostatų formavimas pozityviai sveikatos elgsenai.	Savirefleksijos, apibendrinimai.

10. Programai vykdyti naudojamos techninės priemonės

PC, Lenta, Popierius, Flamasteriai, projektorius.

11. Programos dalyvių tikslinės grupės

(Pažymėti X)

<i>Vaikai iki 18 metų</i>	
<i>Vyresnio amžiaus žmonėms</i>	X
<i>Gyventojai, sergantys onkologinėmis ligomis</i>	X
<i>Savivaldybės teritorijoje gyvenantys asmenys</i>	X