

Форма № 09/18
Затверджена рішенням вченої
ради ІДГУ
від 30.08.2018 р., протокол № 1

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ІЗМАЇЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ПЕДАГОГІЧНИЙ ФАКУЛЬТЕТ
КАФЕДРА СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ, СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ**

«ЗАТВЕРДЖЕНО»

Навчально-методичною радою ІДГУ
Протокол № 4 від 15.01 2019 р.

Голова НМР  Н. М. Кольцун

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

(назва навчальної дисципліни)

освітній ступінь бакалавр
(назва освітнього ступеня)

галузь знань для всіх галузей знань
(шифр і назва галузі знань)

Спеціальність для всіх спеціальностей
(код і назва спеціальності)

освітня програма для всіх освітніх програм
(код і назва спеціальності)

тип дисципліни вибіркова
(обов'язкова / вибіркова / факультативна)

ПОГОДЖЕНО:

Гарант освітньо-професійної програми



(підпис, ініціали, прізвище)


(підпис, ініціали, прізвище)

РЕКОМЕНДОВАНО:

кафедрою соціальної роботи, соціальної педагогіки та фізичної культури

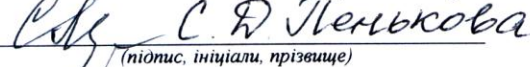
протокол № 5 від 09.01.2019р.

Завідувач кафедри 
(підпис, ініціали, прізвище)

ПОГОДЖЕНО:

Голова науково-методичної ради факультету

педагогічного факультету


(підпис, ініціали, прізвище)

Розробники програми:

Баштовенко Оксана Анатоліївна, кандидат біологічних наук, доцент кафедри соціальної роботи, соціальної педагогіки та фізичної культури

Рецензенти програми:

Ярчук Геннадій Васильович, кандидат філософських наук, доцент кафедри соціальної роботи, соціальної педагогіки та фізичної культури

Ніфака Ярослав Миколайович, кандидат фізичної культури і спорту, доцент кафедри соціальної роботи, соціальної педагогіки та фізичної культури

1. ОПИС ДИСЦИПЛІНИ

Найменування показників	Розподіл годин за навчальним планом	
	Денна	Заочна
Кількість кредитів: 4	<i>Лекції:</i>	
	20	6
Модулів:	<i>Практичні заняття:</i>	
Загальна кількість годин: 120	28	6
Рік вивчення дисципліни за навчальним планом: 2-4	<i>Лабораторні заняття:</i>	
Семестр: 3-8	<i>Семінарські заняття:</i>	
Тижневе навантаження (год.): 6 - аудиторне: 2 - самостійна робота: 4	<i>Консультації:</i>	
Форма підсумкового контролю: залік	<i>Індивідуальні заняття:</i>	
Мова навчання: українська	<i>Самостійна робота:</i>	
	72	108

2. МЕТА ДИСЦИПЛІНИ

Предмет вивчення навчальної дисципліни: особливості життєдіяльності здорової людини, основні патологічні впливи та фактори, засоби запобігання їх впливу. Надання невідкладної допомоги при станах які виникають внаслідок дії патогенних факторів, при нещасних випадках та травмах.

Мета вивчення дисципліни полягає у формуванні загальних знань про вікові особливості анатомії та фізіології організму людини, системних знань відносно фізіологічних процесів людини, та впливів різноманітних патологічних факторів, оволодіння уміннями, які б сприяли охороні здоров'я, формуванню здорового способу життя, забезпечували надання першої домедичної допомоги в загрозливих для життя ситуаціях, формування системи знань про здоровий спосіб життя, глибокі переконання в необхідності його дотримання особистістю і розуміння головних проблем, які пов'язані із впровадженням його в життя; оволодіння основними методами діагностики рівня здоров'я і принципами підтримки здорового способу життя; створити у студентів розуміння основних факторів ризику розвитку захворювань та методів їх профілактики.

Передумови для вивчення дисципліни - оволодіння фаховими компетентностями, що формуються під час вивчення дисциплін: «Анатомія та фізіологія», «Гігієна спорту», «Валеологія рухової активності», «Фізіологічні основи фізичного виховання», «Основи безпеки життєдіяльності та валеології».

Міждисциплінарні зв'язки з дисциплінами: «Психологія», «Теорія та методика фізичного виховання», «Біохімія», «Анатомія та фізіологія», «Основи безпеки життєдіяльності та валеологія».

3. ОЧІКУВАНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ

Знання: Особливостей анатомії, фізіологічних процесів організму, що визначають стале функціонування внутрішніх систем організму людини для забезпечення неперервності процесів життєдіяльності. Факторів впливу на організм людини, що зумовлюють виникнення хвороб внутрішніх органів, дії зовнішніх факторів та інфекційних хвороб, компоненти та характеристику здорового способу життя як стратегії виживання, долікарської медичної

допомоги в загрозованих для життя станах, які виникають при захворюваннях та травмах, захворюваннях та отруєннях, інфекційних захворюваннях, нещасних випадках.

Вміння: контролювати належний фізичний розвиток школярів засобами діагностики, володіти технікою надання першої невідкладної допомоги при раптових захворюваннях, ураженнях, нещасних випадках.

Комунікація: використовувати набуті знання при веденні наукових дискусій з питань пропаганди здорового способу життя; формуванні спрямованості на творення власного здоров'я, виявляти повагу до різноманітних національних уподобань, співпрацювати з носіями різних етнічних груп; створювати умови для комунікації із представниками наукових, громадських, релігійних і національно-культурних організацій.

Автономність та відповідальність: виконувати індивідуальні науково-дослідні завдання з відповідної проблематики, виявляти самостійність і соціальну відповідальність при виконанні функціональних обов'язків.

4. ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН ДИСЦИПЛІНИ

№ з/п	Назви модулів / тем	Кількість годин (денна форма навчання)							Кількість годин (заочна форма навчання)						
		Аудиторні	Лекції	(практичні)	Лабораторні	Консультації	Індивідуальні заняття	Самостійна робота	Аудиторні	Лекції	(практичні)	Лабораторні	Консультації	Індивідуальні заняття	Самостійна робота
1.	Здоров'я людини у сучасному світі	4	2	2	-	-	-	4	2	2	-	-	-	-	7
2.	Загальні закономірності росту і розвитку організму.	4	2	2	-	-	-	4	-	-	-	-	-	-	7
3.	Профілактика порушень опорно-рухової системи. Невідкладна допомога при закритих і відкритих пошкодженнях.	2	-	2	-	-	-	4	-	-	-	-	-	-	7
4.	Ендокринна система. Внутрішнє середовище організму.	4	2	2	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	7
5.	Значення дихання. Захворювання органів дихання.	4	2	2	-	-	-	4	-	-	-	-	-	-	7
6.	Огляд серцево-судинної системи і визначення її місця у забезпеченні життєдіяльності.	4	2	2	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	7
7.	Засоби впливу на кровообіг.	2	-	2	-	-	-	4	2	-	2	-	-	-	7
8.	Особливості функціонування органів травлення.	4	2	2	-	-	-	4	2	2	-	-	-	-	7
9.	Запобігання	4	2	2	-	-	-	4	-	-	-	-	-	-	7

	захворюванням органів виділення та невідкладна допомога при захворюваннях													
10.	Вікові особливості нервової системи. Поняття про типи ВНД.	2	-	2	-	-	-	4	-	-	-	-	-	7
11.	Поняття про аналізатори. Вікові особливості будови та профілактика порушень.	4	2	2	-	-	-	4	-	-	-	-	-	7
12.	Поняття про імунітет. Інфекційні захворювання. Дитячі інфекції шляхи передачі, ознаки, профілактика	4	2	2	-	-	-	4	-	-	-	-	-	7
13.	Профілактика інфекцій, що передаються статевим шляхом. Етіологія, патогенез.	4	2	2	-	-	-	5	2	-	2	-	-	6
14.	Поняття про термінальний стан. Перша невідкладна допомога при термінальних станах.	2	-	2	-	-	-	4	2	2	-	-	-	6
15.	Основи психогігієни. Принципи навчання здоровому способу життя (ЗСЖ).	2	2	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	6
16.	Прийоми і методи фізичного і психічного оздоровлення організму.	2	2	-	-	-	-	4	2	-	-	-	-	6
Проміжний контроль		-	-	-	-	-	-	4	-	-	-	-	-	-
Разом:		48	20	28				72	12	6	6			108

5. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

5.1. Зміст навчальної дисципліни за темами

Тема 1. Здоров'я людини у сучасному світі. Значення фізичного виховання і спорту, системи освіти і охорони здоров'я у збереженні здоров'я.

Прогрес людства і зв'язок з його здоров'ям. Здоров'я, його визначення і цінність. Зміни умов існування людини на сучасному етапі. Нові вимоги до процесу адаптації. Причини смертності. Формування передумов розвитку валеології в Україні. Структура валеології як науки.

Тема 2. Загальні закономірності росту і розвитку організму.

Організм як єдине ціле. Вікова періодизація розвитку. Критичні періоди розвитку дітей. Людина та її здоров'я з позиції системного підходу. Космовалеологія. Людина як система. Розуміння цілісності людини. Людина і світ. Ноосферна освіта та розвиток людства. Особливості біосистеми організму людини. Здатність до саморозвитку і самовідновлення.

Тема 3. Профілактика порушень опорно-рухової системи. Невідкладна допомога при закритих і відкритих пошкодженнях.

Формування постави, фактори впливу на формування постави. Порушення постави. Профілактика плоскостопості. Закриті та відкриті пошкодження. Поняття про хірургічну інфекцію. Анаеробна інфекція (правець, газова гангрена). Профілактика. Опіки, види, ступені опіків. Хімічні опіки. Невідкладна допомога Відмороження. Основні ознаки. Невідкладна допомога. Електротравми, невідкладна допомога. Переломи, види, ознаки, ускладнення. Поняття транспортної іммобілізації.

Тема 4. Ендокринна система. Внутрішнє середовище організму.

Поняття про гомеостаз. Регуляторні механізми. Саморегуляція. Фізіологічне значення гормонів. Нейрогенні залози (епіфіз, гіпофіз) Бронхіогенні (Щитоподібна, прищитоподібні, вилочкова) Підшлункова залоза. Надниркові і статеві залози. Захворювання, що виникають внаслідок порушення обміну речовин. Цукровий та нецукровий діабет. Гіпер та гипоглікемічна кома. Перша допомога. Профілактика ожиріння та анорексії. Поняття про гіповітамінози, профілактика.

Тема 5. Значення дихання. Особливості дихальних шляхів.

Механізм вдиху і видиху. Зовнішнє та внутрішнє дихання. Дихальні об'єми. Регуляція дихання. Захворювання органів дихання. Профілактика порушень дихання. Бронхіальна астма. Причини, ознаки, невідкладна допомога. Хронічний бронхіт. Причини, ознаки, невідкладна допомога. Сучасні заходи профілактики захворювань органів дихання. Сучасні дихальні методики в оздоровленні людини.

Тема 6. Огляд серцево-судинної системи і визначення її місця у забезпеченні життєдіяльності.

Вікові особливості будови серцево-судинної системи. Фізіологічні показники роботи серцево-судинної системи. Серцева недостатність та артеріальна гіпертензія. Причини, профілактика Ішемічна хвороба серця. Причини, профілактика. Стенокардія та інфаркт міокарду. Невідкладна допомога. Профілактика серцево-судинних захворювань.

Тема 7. Засоби впливу на кровообіг.

Значення теплових і холодних впливів на кровообіг. Показання та протипоказання до їх застосування. Терморегуляція. Лихоманка. Поняття про кровотечу. Види кровотеч. Перша допомога при кровотечі. Ускладнення при кровотечі.

Тема 8. Особливості функціонування органів травлення.

Травлення в різних відділах травного каналу. Значення травних залоз. Регуляція травлення. Захворювання органів травлення. Профілактика. Харчові токсикоінфекції. Поняття про раціональне харчування. Лікувальне харчування. Дієти.

Тема 9. Особливості органів виділення. Значення органів виділення. Запобігання захворюванням органів виділення та невідкладна допомога при захворюваннях.

Ниркова недостатність Ниркові набряки. Причини, профілактика. Нефрит та пієлонефрит. Ознаки. Профілактика.

Тема 10. Вікові особливості нервової системи.

Загальний план будови нервової системи. Поняття про типи ВНД. Недостатність мозкового кровообігу (Запаморочення, обертання голови). Ознаки, невідкладна допомога. Психоневрологічні порушення та стресові стани у дітей. Істеричний напад, причини, профілактика Епілептичний напад, причини, профілактика. Невідкладна допомога при епілептичному та істеричному нападах.

Тема 11. Поняття про аналізатори. Вікові особливості будови зорового аналізатора. Порушення зору та профілактика. Орган слуху та рівноваги. Значення сенсорних систем. Травми очей та перша допомога при травмах.

Тема 12. Поняття про імунітет. Інфекційні захворювання.

Дитячі інфекції і шляхи передачі, ознаки, профілактика Туберкульоз – шляхи передачі, ознаки, профілактика. Грибкові хвороби шкіри. шляхи передачі, ознаки, профілактика Профілактика педикульозу. Шляхи передачі, ознаки, профілактика Гельмінтози: класифікація, ознаки, профілактика.

Тема 13. Профілактика інфекцій, що передаються статевим шляхом. Етіологія, патогенез. Гонорея. Сфіліс. СНІД. Механізм зараження. Ознаки, періоди розвитку хвороби. Профілактика. Інші інфекції, що передаються статевим шляхом.

Тема 14. Поняття про термінальний стан. Перша невідкладна допомога при термінальних станах.

Основні ознаки термінального стану. Причини, що спричиняють виникнення. Ознаки клінічної та біологічної смерті. Етапи серцево-легеневої реанімації. Штучна вентиляція легень шляхом “рот до рота”, “рот до носа” Техніка закритого масажу серця. Проведення реанімації у дітей. Гострі отруєння, їх види. Основні ознаки при гострих отруєннях речовинами рослинного походження та іншими хімічними речовинами, лікарськими препаратами. Надання невідкладної допомоги.

Тема 15. Основи психогігієни. Психолого-педагогічні принципи навчання здоровому способу життя (ЗСЖ). Поняття про здоров'я та здоровий спосіб життя та його основні складові. Статистичні показники стану здоров'я. Антропометричні дані та їх оцінка. Гіподинамія і її шкідливий вплив на здоров'я. Загартування, його значення в житті людини. Поняття про психічне здоров'я і стрес. Стадії стресу. Шкідливі звички та їх профілактика. Медико-біологічні та психологічні причини алкоголізму, наркоманії, токсикоманії та тютюнопаління. Вплив шкідливих звичок на організм дітей, підлітків та дорослих

Тема 16. Прийоми і методи фізичного і психічного оздоровлення організму.

Лазня та здоров'я. Водний режим. Системи Купера та Амосова. Йога. Дихальна гімнастика. Основи гігієнічного масажу і самомасажу. Правила харчування. Методи очищення організму. Психологічні основи здоров'я. Духовні основи здоров'я. Медитація. Аутогенне тренування. Психологія кохання. Сім'я основа здорового суспільства. Психологія стресу. Профілактика стресових ситуацій

5.2. Тематика практичних занять.

Тема 1. Наука про здоров'я людини. Організм як єдине ціле.

Тема 2. Загальні закономірності росту і розвитку організму.

Тема 3. Профілактика порушень опорно-рухової системи. Невідкладна допомога при закритих і відкритих пошкодженнях.

Тема 4. Ендокринна система. Внутрішнє середовище організму. Ендокринні порушення. Профілактика.

Тема 5. Значення дихання. Особливості дихальних шляхів. Запобігання захворюванням органів дихання та невідкладна допомога при захворюваннях

Тема 6. Огляд серцево-судинної системи і визначення її місця у забезпеченні життєдіяльності. Запобігання захворюванням органів серцево-судинної системи та невідкладна допомога при захворюваннях

Тема 7. Засоби впливу на кровообіг.

Тема 8. Особливості функціонування органів травлення. Запобігання захворюванням органів травлення та невідкладна допомога при захворюваннях.

Тема 9. Особливості органів виділення. Запобігання захворюванням органів виділення та невідкладна допомога при захворюваннях.

Тема 10. Вікові особливості нервової системи. Запобігання захворюванням нервової системи та невідкладна допомога при істеричному та епілептичному нападах.

Тема 11. Поняття про аналізатори. Правила надання невідкладної допомоги при пошкодженнях органу слуху та зору.

Тема 12. Поняття про імунітет. Інфекційні захворювання. Профілактика

Тема 13 Інфекції, що передаються статевим шляхом, профілактика.

Тема 14. Поняття про термінальний стан. Перша невідкладна допомога при термінальних станах.

5.3. Організація самостійної роботи студентів.

№ з/п	Вид роботи	Кількість годин		Форми звітності
		денна	заочна	
1.	Опрацювання лекційного матеріалу	8	20	конспект, словник
2	Підготовка до практичних занять	12	10	конспект, протокол
3.	Підготовка до проміжного контролю	4	4	модульна контрольна робота
4.	Підготовка до підсумкового контролю	4	20	залік
5.	Опрацювання тем, винесених на самостійну підготовку	18	22	конспект
6.	Робота з Інтернет ресурсами	10	20	реферат
7.	Підготовка і написання рефератів	16	10	реферат
	Разом	72	108	

Тематика індивідуальних (групових) завдань

1. Використовуючи рекомендації літературних джерел, результати проведення функціональної діагностики на практичних заняттях і самодіагностики, розробити і заповнити індивідуальний "Щоденник здоров'я" Доступно: <http://valeolog.net/ru/pages/1073/>
2. Використовуючи знання та вміння, отримані на лекціях і практичних заняттях, а також результати самостійного вивчення оздоровчих систем, розробити сценарій позакласного заходу з основ здоров'я людини
3. Використовуючи знання та вміння, отримані на лекціях і практичних заняттях, рекомендації літературних джерел розробити індивідуальну оздоровчу систему з урахуванням вихідного стану здоров'я. Доступно: http://kts-osvita.org.ua/index.php?option=com_content&task=view&id=426&Itemid=68

Теми рефератів для самостійного опрацювання.

Реферат - короткий виклад письмово або у формі публічної доповіді вмісту книги, статті або декількох робіт, наукової праці, літератури із загальної тематики. Реферат - це самостійна учбово-дослідницька робота студента, де автор розкриває суть досліджуваної проблеми, приводить різні точки зору, а також власні погляди на неї.

Вміст матеріалу має бути логічним, виклад матеріалу носить проблемно-пошуковий характер.

Теми рефератів для самостійного опрацювання.

№ з/п	Назва теми
1	Надання невідкладної допомоги в невідкладних станах, які виникають у процесі сечовиділення.

2	Надання невідкладної допомоги в невідкладних станах, які виникають у системі травлення
2	Попередження інфекційних хвороб органів дихання. Догляд за хворим.
3	Профілактика кров'яних інфекцій. СНІДу. Висипного тифу.
4	Поняття про десмургію.
5	Кровотечі у дітей і дорослих. Методи їх зупинки.
6	Відкриті ушкодження. Невідкладна допомога.
7	Невідкладна при ушкодженнях голови, шиї, хребта, грудної клітки.
8	Невідкладна допомога при станах, що виникають при захворюваннях системи травлення.
9	Наркоманія, токсикоманія. Профілактика та шляхи боротьби.
10	Психоневрологічні порушення та стресові стани у дітей.
11	Туберкульоз, профілактика та запобігання.
12	Холера – особливо небезпечна хвороба, профілактика та запобігання.
13	Дитячі інфекції – епідемічний паротит, краснуха, профілактика та запобігання.
14	Попередження шкіряних захворювань, педикульозу та гельмінтозу.
15	Нетравматичні кровотечі, етіологія, невідкладна допомога.
16	Гігієна шкіри, вух, очей.
17	Раціональне харчування дітей різного віку.
18	Гормони, їх дія на організм на різних етапах його розвитку.
19	Кровотечі у дітей та дорослих. Методи їх зупинки.
20	Вплив наркоманії та токсикоманії на організм дорослих та дітей
21	Туберкульоз – шляхи передачі, ознаки, профілактика.
22	Грибкові хвороби шкіри. Профілактика та запобігання.
23	Шкідливий вплив алкоголю на організм
24	Медико-біологічні та психологічні причини наркоманії, токсикоманії
25	Гельмінтози: класифікація, ознаки, профілактика.
26	Порушення зору, причини, ознаки, попередження.
27	Епідеміологічний стан Ізмаїльського району.
28	Раціональне харчування дітей різного віку.
29	Гігієна шкіри, очей, вух і носа у дітей та дорослих.
30	Порушення опорно-рухового апарата та їх профілактика.
31	Плоскоступість. Причини. Профілактика.
32	Профілактика гіподинамії.
33	Вплив фізичного навантаження на розвиток опорно-рухової системи.
34	Вікові зміни структури і функцій різних відділів центральної нервової системи
35	Сучасний підхід до питання про дихання. Методи дихання.
36	Порушення опорно-рухового апарата та їх профілактика.
37	Індивідуальний підхід в вихованні та навчанні з урахуванням типів вищої нервової діяльності.
38	Профілактика захворювань органів дихання.
39	Вікові і функціональні зміни діяльності серцево-судинної системи.
40	Роль білків, жирів, вуглеводів, мінеральних речовин в організмі.
41	Значення води, мікроелементів, вітамінів в процесі росту та розвитку дитини.
42	Енергозабезпечення та його особливості у дітей та підлітків.
43	Процес гальмування в нервовій системі та його значення
44	Аутогене тренування та його значення.
45	Вплив екологічних та стресових факторів на діяльність щитовидної залози.

6. ФОРМИ ПОТОЧНОГО ТА ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ

6.1. *Форми поточного контролю.* Усна або письмова перевірка вивчення навчальних матеріалів на практичних заняттях.

6.2. *Форми проміжного контролю.* Модульна контрольна робота

6.3. *Форми підсумкового контролю.* Залік

7. ЗАСОБИ ДІАГНОСТИКИ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

Під час поточного контролю оцінюється здатність та рівень виконання студентом завдань на практичних заняттях, результати самостійної роботи з навчальною літературою, а також якість виконання студентом індивідуального завдання у вигляді реферату та його презентації.

Модульна контрольна робота проводиться в письмовій формі та включає два теоретичні питання, відповіді на які дають можливість оцінити рівень оволодіння теоретичним матеріалом.

Зразок варіанту модульної контрольної роботи:

1. Анаеробна інфекція. Невідкладна допомога. Запобігання

2. Поняття про психічне здоров'я і стрес. Стадії стресу. Профілактика неврозів у дітей.

8. КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

8.1. *Шкала та схема формування підсумкової оцінки*

Переведення підсумкового балу за 100-бальною шкалою оцінювання в підсумкову оцінку за традиційною шкалою

Підсумковий бал	Оцінка за традиційною шкалою
90-100	зараховано
70-89	
51-69	
26-50	не зараховано
1-25	

Схема розподілу балів

Максимальна кількість балів	70 балів (поточний контроль) – середньозважений бал оцінок за відповіді на семінарських заняттях та виконання індивідуальних завдань, який переводиться у 100-бальну шкалу з ваговим коефіцієнтом.0,7	30 балів (проміжний контроль) – за результатами виконання модульної контрольної роботи
Мінімальний пороговий рівень	35 балів (поточний контроль)	16 балів (проміжний контроль)

8.2. *Критерії оцінювання під час аудиторних занять*

Оцінка	Критерії оцінювання навчальних досягнень
5 балів	Оцінюється робота студента, який у повному обсязі володіє навчальним матеріалом, вільно, самостійно та аргументовано його викладає, глибоко та всебічно розкриває зміст теоретичних запитань та практичних завдань, використовуючи при цьому обов'язкову та додаткову літературу, вільно послуговується науковою термінологією, розв'язує задачі стандартним або оригінальним способом, наводить аргументи на підтвердження власних думок, здійснює аналіз та робить висновки.
4 бали	Оцінюється робота студента, який достатньо повно володіє навчальним матеріалом, обґрунтовано його викладає, в основному розкриває зміст теоретичних запитань та практичних завдань, використовуючи при цьому обов'язкову літературу, розв'язує задачі стандартним способом, послуговується науковою

	термінологією. Але при висвітленні деяких питань не вистачає достатньої глибини та аргументації, допускаються при цьому окремі неістотні неточності та незначні помилки.
3 бали	Оцінюється робота студента, який відтворює значну частину навчального матеріалу, висвітлює його основний зміст, виявляє елементарні знання окремих положень, записує основні формули, рівняння, закони. Не здатний до глибокого, всебічного аналізу, обґрунтування та аргументації, не користується необхідною літературою, допускає істотні неточності та помилки.
2 бали	Оцінюється робота студента, який не володіє навчальним матеріалом у достатньому обсязі, проте фрагментарно, поверхово (без аргументації та обґрунтування) викладає окремі питання навчальної дисципліни, не розкриває зміст теоретичних питань і практичних завдань.
1 бал	Оцінюється робота студента, який не в змозі викласти зміст більшості питань теми та курсу, володіє навчальним матеріалом на рівні розпізнавання явищ, допускає істотні помилки, відповідає на запитання, що потребують однослівної відповіді.
0 балів	Оцінюється робота студента, який не володіє навчальним матеріалом та не в змозі його висвітлити, не розуміє змісту теоретичних питань та практичних завдань.

8.3. Критерії оцінювання індивідуальних завдань

Вид	Максимальна кількість балів
Презентація оздоровчої системи або заходу	5
Конспект тем для самостійного опрацювання	5
Реферат	5

Критеріями оцінювання індивідуальних завдань є знання фактів, явищ. Вірне, науково достовірне їх пояснення. Оволодіння науковими термінами, поняттями, законами, методами, правилами; вміння користуватися ними при поясненні нових фактів, розв'язуванні різних питань і виконанні практичних завдань. Максимальна ясність, точність викладу думки, вміння відстоювати свої погляди, захищати їх. Знання повинні мати практичну значимість.

8.4. Критерії оцінювання модульної контрольної роботи.

Критерії оцінки успішності відповідають навчальній програмі й найбільш важливим вимогам до знань студентів: відповіді повинні бути повними, логічними, доказовими.

Максимальна кількість балів за відповідь на 1 питання складає 15 балів. Критеріями оцінювання є: повнота відповіді, здатність критичного аналізу теоретичного матеріалу, вміння наводити аргументи та робити висновки.

8.5. Критерії оцінювання під час підсумкового контролю

Підсумкова оцінка виставляється за результатами поточного та проміжного контролю.

9. ІНСТРУМЕНТИ, ОБЛАДНАННЯ ТА ПРОГРАМНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ, ВИКОРИСТАННЯ ЯКИХ ПЕРЕДБАЧАЄ НАВЧАЛЬНА ДИСЦИПЛІНА

Опорні конспекти лекцій; наочні посібники, навчально-методичні посібники, підручники; атласи, ілюстративні матеріали (муляжі, плакати, тощо). Технічні засоби для демонстрування презентацій (ноутбук, проектор), веб-сервіс Google Classroom.

10. РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

10.1. Основні джерела

Антонік В.І., Антонік І.П., Андрианов В.Є., 2009. *Анатомія, фізіологія дітей (з основами гігієни та фізичної культури)*: Підручник. К.: Професіонал. Центр навчальної літератури, [online] Доступно:

http://chtyvo.org.ua/authors/Antonik_VI/Anatomiia_fiziolo_hiia_ditei_z_osnovamy_hihiieny_ta_fizychnoi_kultury/

Артюнина Г.П., Игнатъкова С.А., 2008. *Основы медицинских знаний*. К.:

Гаудеамус, [online] Доступно:

<<http://window.edu.ru/resource/098/22098/files/pspu006.pdf>>

Валецька Р.О., 2008. *Основи медичних знань*. Луцьк: Волинськ обл. друкарня,

[online] Доступно: <https://studfiles.net/preview/2412960/>

Цимбал Н.М., 2000. *Методи зміцнення фізичного здоров'я*. Тернопіль:

Навчальна книга – Богдан, [online] Доступно: <https://bohdan-books.com/upload/iblock/d13/d134f03910045660c9b6e40deb8e8950.pdf>

10.2. Допоміжні

Андріученко Т., Вакуленко О., Волков В., Дзюба Н., Коляда В., Комарова Н., Пеша І., Тілікіна Н., 2018. *Формування здорового способу життя*. Навчально-методичні рекомендації. К.: ДУ «Державний інститут сімейної та молодіжної політики», [online] Доступно:

http://dsmsu.gov.ua/media/2018/10/10/50/metodichka_ZOJ_A4.pdf

Аршавский И.А., 1982. *Физиологические механизмы и закономерности индивидуального развития*. М.: Наука.

Ганс Селье, 1982. *Стресс без дистресса*. - М.: Прогресс, [online] Доступно:

http://lib.ru/PSIHO/SELYE/distree.txt_with-big-pictures.html

Гарбузов В.И., 1995. *Человек – жизнь - здоровье (Древние и новые каноны медицины)*. Санкт-Петербург : Комплект, [online] Доступно:

<http://library.univer.kharkov.ua/OpacUnicode/index.php?url=/notices/index/IdNotice:23828/Source:default>

Основи законодавства України про охорону здоров'я., 1992 р., [online]

Доступно: <<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2801-12>>

Основи національного виховання: Концептуальне положення, 1993- Ч. , [online] Доступно: <http://osvita.ua/legislation/Vishya_osvita/4310/>

Щорічна доповідь про стан здоров'я населення, санітарно-епідемічної ситуації та результати діяльності системи охорони здоров'я України, 2016 / МОЗ України, ДУ «УІСД МОЗ України». Київ, [online] Доступно:

<http://www.uiph.kiev.ua/download/Vidavnictvo/Shchorichna%20dopovid/%D0%A9%D0%BE%D1%80%D1%96%D1%87%D0%BD%D0%B0%20%D0%B4%D0%BE%D0%BF%D0%BE%D0%B2%D1%96%D0%B4%D1%8C.2017.pdf>

10.3. Інтернет-ресурси

http://knowledge.allbest.ru/pedagogics/3c0b65635b2ad68a5c43b88421316d36_0.html

<http://www.studmed.ru/fizicheskaya-kultura-i-sport/>

zabor.zp.ua/Studentu/Referat.htm

dir.meta.ua/ru/science-education/students-sites/

<https://classomsk.com/zashhita-prav-rabotnika-i-rabotodatelya/oxrana-truda-v-obrazovatelnom-uchrezhdenii-dokumenty-ob-oxrane.html>