



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ІЗМАЇЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ГУМАНІТАРНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ

СИЛАБУС
навчальної дисципліни
ЗАГАЛЬНА ТЕОРІЯ ЗДОРОВ'Я

(назва)

1. Основна інформація про дисципліну

Тип дисципліни: вибіркова Форма навчання: денна, заочна

Освітній ступінь: бакалавр

Галузь знань: для всіх галузей знань

Спеціальність: для всіх спеціальностей

Освітня програма: для всіх освітніх програм

Рік навчання: 2-4 Семестр: 3-8

Кількість кредитів (годин) денна форма: 4(120 год.: 20- лекції; 28- семінарські; 72-самостійна робота); заочна форма: 4(120 год.: 6- лекції; 6- семінарські; 108-самостійна робота)

Мова викладання: українська

Посилання на курс в онлайн-платформі Moodle/
<http://moodle.idgu.edu.ua/moodle/course/view.php?id=244#section-1>

2. Інформація про викладача (викладачів)

ПІБ: Баштовенко Оксана Анатоліївна

Науковий ступінь, вчене звання, посада: к.біол.наук, доцент

Кафедра: фізичної культури, біології та основ здоров'я

Робочий e-mail: osiabasht@gmail.com

Години консультацій на кафедрі: п'ятниця 14.30-15.30

3. Опис та мета дисципліни

Предмет вивчення навчальної дисципліни: уявлення про здоров'я людини та його фізичну, психологічну, соціальну, духовну складову, навички формування здорового способу життя

Мета вивчення дисципліни полягає у формуванні цілісного уявлення про здоров'я та траєкторію здорового способу життя, визначенні чинників, що формують здоров'я, та тих, що негативно впливають на здоров'я людини, опанувати методами та шляхами формування здорового способу життя. Сформувані практичні уміння щодо перевірки стану здоров'я, володіння методами наукового пізнання в плані визначення поняття «загальна теорія здоров'я», «здоров'я», «різні форми здоров'я».

Передумови для вивчення дисципліни - оволодіння фаховими компетентностями, що формуються під час вивчення дисциплін середньої школи.

Міждисциплінарні зв'язки основи філософських знань, педагогіка, психологія, анатомія та

4. Результати навчання

Знання: Особливостей анатомії, фізіологічних процесів організму, що визначають стале функціонування внутрішніх систем організму людини, що забезпечують неперервність 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 історичних і культурних цінностей; 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.

5. Структура дисципліни

Для денної форми

Тема № 1. Загальна теорія здоров'я як навчально-наукова дисципліна. Витоки формування.

Перелік питань/завдань, що виносяться на обговорення/опрацювання	Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси
<p>Лекція (2 год.):</p> <ol style="list-style-type: none">1. Загальна теорія здоров'я як навчально-наукова дисципліна.2. Витоки формування.3. Прогрес людства і зв'язок з його здоров'ям. Здоров'я, його визначення і цінність.4. Зміни умов існування людини на сучасному етапі.5. Перепис населення в Україні і стан здоров'я населення.6. Формування передумов розвитку валеології в Україні.7. Основоположники науки про здоров'я Н. В. Лазарева, І. І. Брехман.8. Перша модель оцінки рівня соматичного здоров'я індивіда Г. Л. Апанасенко.	<ol style="list-style-type: none">1. Антонік В.І., Антонік І.П., Андріанов 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/Anatomiiia_fizioloiiia_ditei_z_osnovamy_hihiieny_ta_fizychnoi_kultury/2. Артюнина Г.П., Игнатъкова С.А., 2008. Основы медицинских знаний. К.: Гаудеамус, [online] Доступно: <http://window.edu.ru/resource/098/22098/files/pspu006.pdf>3. Валецька Р.О., 2008. Основы медичних знань. Луцьк: Волинськ обл. друкарня, [online] Доступно: https://studfiles.net/preview/2412960/4. Цимбал Н.М., 2000. Методи зміцнення фізичного здоров'я. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, [online] Доступно: https://bohdan-books.com/upload/iblock/d13/d134f03910045660c9b6e40deb8e8950.pdf
<p>Семінарське заняття (2 год.):</p> <ol style="list-style-type: none">1. Поява навчальних посібників та видання журналу Нові вимоги до процесу адаптації. Причини смертності “Валеологія” (1996).2. Здоров'я, його визначення і цінність.3. Значення фізичного виховання і спорту, системи освіти і охорони здоров'я у збереженні здоров'я людей.4. Зміни умов існування людини на сучасному етапі.5. Причини смертності.	<ol style="list-style-type: none">1. Андріученко Т., Вакуленко О., Волков В., Дзюба Н., Коляда В., Комарова Н.,2. 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
<p>Завдання для самостійної роботи: <i>Підготувати повідомлення на вибір на 5-8 хв.:</i></p> <ol style="list-style-type: none">1. <i>Здоровий спосіб життя та його формування.</i>2. <i>Позитивні чинники, що впливають на здоров'я.</i>3. <i>Негативні чинники, що впливають на</i>	<ol style="list-style-type: none">1. Андріученко Т., Вакуленко О., Волков В., Дзюба Н., Коляда В., Комарова Н.,2. Пеша І., Тілікіна Н., 2018. Формування здорового способу життя. Навчально-методичні рекомендації . К.: ДУ «Державний інститут сімейної та молодіжної політики», [online] Доступно:

<p>здоров'я. (обсягом до 5 стор.) Термін виконання: до останнього тижня практичних занять</p>	<p>http://dsmsu.gov.ua/media/2018/10/10/50/metodichka_ZOJ_A4.pdf 3. Ильинский И. М. Молодежь планеты: глобальная ситуация в 90-х годах, тенденции и перспективы. 1999. М. : Ин-т молодежи. 310 с.</p>
---	---

Тема № 2 Здоров'я та хвороба.

<p>Перелік питань/завдань, що виносяться на обговорення/опрацювання</p>	<p>Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси</p>
<p>Лекція (2 год.):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Здоров'я та хвороба. 2. Демографічна ситуація в Україні. 3. Стан здоров'я та самопочуття, анкета «Самооцінка стану здоров'я», « Чи доживете ви до 70», Індекс здоров'я. 4. Поняття третього стану. 5. Роль гігієни у формуванні та підтриманні здоров'я. 6. Чинники здоров'я. 7. Рівні здоров'я. 8. Поняття здоров'я та його складові. 9. Визначення поняття впливу на формування здоров'я людини. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 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/Anatomiiia_fiziolohiia_ditei_z_osnovamy_hihiieny_ta_fizychnoi_kultury/ 2. Артюнина Г.П., Игнаткова С.А., 2008. Основы медицинских знаний. К.: Гаудеамус, [online] Доступно: <http://window.edu.ru/resource/098/22098/files/pspu006.pdf> 3. Валецька Р.О., 2008. Основы медичних знань. Луцьк: Волинськ обл. друкарня, [online] Доступно: https://studfiles.net/preview/2412960/ 4. Цимбал Н.М., 2000. Методи зміцнення фізичного здоров'я. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, [online] Доступно: https://bohdan-books.com/upload/iblock/d13/d134f03910045660c9b6e40deb8e8950.pdf
<p>Семінарське заняття (2 год.):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Стан здоров'я та самопочуття, анкета «Самооцінка стану здоров'я», « Чи доживете ви до 70», Індекс здоров'я. 2. Поняття третього стану. 3. Роль гігієни у формуванні та підтриманні здоров'я. 4. Чинники здоров'я. 5. Рівні здоров'я. 6. Поняття здоров'я та його складові. 7. Визначення поняття впливу на формування здоров'я людини. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Андриученко 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 2. 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 3. Гарбузов В.И., 1995. Человек – жизнь -

	здоров'є (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
Завдання для самостійної роботи: <i>Підготувати реферат за запропонованими темами обсягом 10-15 стор.:</i> 1. <i>Визначення індивідуальних біоритмів, їх видів та значення в житті.</i> 2. <i>Особливості психологічного здоров'я особистості</i> <i>Термін виконання: до останнього тижня практичних занять</i>	1. Гарбузов В.И., 1995. Человек – жизнь - здоров'є (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 2. Смірнов С. М. 2000. Біологічні ритми і наше здоров'я. – М. 230 с.

Тема № 3 Основні складові здоров'я

Перелік питань/завдань, що виносяться на обговорення/опрацювання	Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси
Лекція (2 год.): 1. Здоров'я та його складові. 2. Чинники здоров'я. 3. Сфери здоров'я. 4. Рівні здоров'я. 5. Передумови здоров'я. 6. Вплив на формування здоров'я людини.	1. Антонік В.І., Антонік І.П., Андріанов 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/Anatomiiia_fiziolohiia_ditei_z_osnovamy_hihiieny_ta_fizychnoi_kultury/ 2. Артюнина Г.П., Игнаткова С.А., 2008. Основы медицинских знаний. К.: Гаудеамус, [online] Доступно: http://window.edu.ru/resource/098/22098/files/pspu006.pdf 3. Валецька Р.О., 2008. Основы медичних знань. Луцьк: Волинськ обл. друкарня, [online] Доступно: https://studfiles.net/preview/2412960/ 4. Цимбал Н.М., 2000. Методи зміцнення фізичного здоров'я. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, [online] Доступно: https://bohdan-books.com/upload/iblock/d13/d134f03910045660c9b6e40deb8e8950.pdf
Семінарське заняття (2 год.): 1. Вплив на формування здоров'я людини. 2. Фізична складова здоров'я: методи формування та дослідження, шляхи покращення. 3. Розподіл фізичних вправ в залежності від впливу на органи та системи. 4. Особливості проведення діагностики фізичного здоров'я.	1. Антонік В.І., Антонік І.П., Андріанов 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/Anatomiiia_fiziolohiia_ditei_z_osnovamy_hihiieny_ta_fizychnoi_kultury/ 2. Артюнина Г.П., Игнаткова С.А., 2008.

<p>5. Рухова активність та здоров'я. 6. Основи побудови оздоровчого тренування. 7. Основи раціонального харчування. Особливості оздоровчого харчування осіб з особливими освітніми потребами</p>	<p>Основы медицинских знаний. К.: Гаудеамус, [online] Доступно: <http://window.edu.ru/resource/098/22098/files/pspu006.pdf> 3. Валецька Р.О., 2008. Основи медичних знань. Луцьк: Волинськ обл. друкарня, [online] Доступно: https://studfiles.net/preview/2412960/ 4. Баштовенко О.А. Визначення фізичного розвитку – складової здоров'язбереження // Молодь і ринок.- 2019.- №2(169).- С.123-129. 5. http://mir.dspu.edu.ua/article/view/163117</p>
<p>Завдання для самостійної роботи: <i>Підготувати повідомлення на 5-8 хв.:</i> 1. Лікувальне харчування та дієтологія. 2. Профілактика розладів та захворювань шлунково-кишкового тракту. <i>Термін виконання: до останнього тижня практичних занять</i></p>	<p>1. Байер К., Шейнберг Л. Здоровый образ жизни 1997.М.: Мир,368 с. https://search.rsl.ru/ru/record/01001783786 2. Гладышев Ю. В., Гладышева Н. Г. 2008. Валеология. Новосибирск: НГУЭУ, 108 с. Режим доступа: http://valeologija.ru/knigi/valeologiya-uchebnij-kompleks-gladisheva. 3. Здоровий спосіб життя [Електронний ресурс] : курс уроков. — Режим доступа: http://4brain.ru/zozh/pitanie.php. 4. Баштовенко О.А. Формування здоров'язберігаючої компетенції майбутніх педагогів // Науковий вісник Ізмаїльського державного гуманітарного університету : збірник наукових праць. Серія «Педагогічні науки». – Ізмаїл : РВВ ІДГУ, 2019. – Вип. 42. – С. 34-40.</p>

Тема № 4 Характеристика різних видів тестування, анкетування опитування

Перелік питань/завдань, що виносяться на обговорення/опрацювання	Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси
<p>Лекція (2 год.): 1. Методи тестування показників здоров'я. Характеристика різних видів тестів, техніка їх проведення та значення їх у формуванні здоров'я. 2. Психічні процеси у життєдіяльності. Тривожність спортсменів під час змагань, діагностика, шляхи корекції (саморегуляція, релаксація). 3. Особливості формування складових здоров'я та здорового способу життя. 4. Методика зняття втоми.</p>	<p>1. Антонік В.І., Антонік І.П., Андріанов 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/Anatomiiia_fiziolo_hiia_ditei_z_osnovamy_hihiienu_ta_fizychnoi_kultury/ 2. Артюнина Г.П., Игнаткова С.А., 2008. Основи медицинских знаний. К.: Гаудеамус, [online] Доступно: <http://window.edu.ru/resource/098/22098/files/pspu006.pdf> 3. Валецька Р.О., 2008. Основи медичних знань. Луцьк: Волинськ обл. друкарня, [online] Доступно:</p>

	<p>https://studfiles.net/preview/2412960/</p> <p>4. Цимбал Н.М., 2000. Методи зміцнення фізичного здоров'я. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, [online] Доступно: https://bohdan-books.com/upload/iblock/d13/d134f03910045660c9b6e40deb8e8950.pdf</p>
<p>Семінарське заняття (2 год.):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Методи тестування показників здоров'я. Характеристика різних видів тестів, техніка їх проведення та значення їх у формуванні здоров'я. 2. Психічні процеси у життєдіяльності. Тривожність спортсменів під час змагань, діагностика, шляхи корекції (саморегуляція, релаксація). 3. Особливості формування складових здоров'я та здорового способу життя. 4. Методика зняття втоми. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Антонік В.І., Антонік І.П., Андріанов В.С., 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/Anatomia_fiziologia_ditei_z_osnovamy_higieny_ta_fizichnoi_kultury/ 2. Артюнина Г.П., Игнатъкова С.А., 2008. Основы медицинских знаний. К.: Гаудеамус, [online] Доступно: http://window.edu.ru/resource/098/22098/files/pspu006.pdf 3. Валецька Р.О., 2008. Основы медичних знань. Луцьк: Волинськ обл. друкарня, [online] Доступно: https://studfiles.net/preview/2412960/ 4. Баштовенко О.А. Моніторинг самопочуття студентів для визначення ролі фізичної культури в адаптації до учбового процесу // Молодь і ринок (ISSN International Centre, м. Париж).-2017.- №2(145).- С.78-82.
<p>Завдання для самостійної роботи: <i>Підготувати реферат обсягом 10-15 стор. На запропоновані теми:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Особливості психологічного здоров'я особистості.</i> 2. <i>Стрес та його значення в житті людини.</i> 3. <i>Способи спілкування в сім'ї та на роботі, значення методів анкетування та опитування у навчанні і формуванні психічного здоров'я.</i> <p><i>Термін виконання: до останнього тижня практичних занять</i></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження : колективна монографія / за заг. ред. проф. Ю. Д. Бойчука.2017. Харків: Вид. Рожко С. Г., 488 с. 2. Основы валеологии. 1998.В трех кн. / под общей ред. В. П. Петленко. К. : Олимпийская литература.

Тема № 5 Фактори зовнішнього середовища та їх вплив на здоров'я.

Перелік питань/завдань, що виносяться на обговорення/опрацювання	Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси
<p>Лекція (2 год.):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Фактори зовнішнього середовища та їх вплив на здоров'я. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Антонік В.І., Антонік І.П., Андріанов В.С., 2009. Анатомія, фізіологія дітей (з

<ol style="list-style-type: none"> 2. Сучасні здоров'язбережувальні проблеми України та світу. 3. Стан здоров'я населення України та світу. Найбільш поширені захворювання. 4. Проблеми онкологічних захворювань. Значення екологічної ситуації. 5. Тривалість життя людини та проблеми геронтології. 	<p>основами гігієни та фізичної культури): Підручник. К.: Професіонал. Центр навчальної літератури, [online] Доступно: http://chtyvo.org.ua/authors/Antonik_VI/Anatomiiia_fizioloiiia_ditei_z_osnovamy_hihiieny_ta_fizychnoi_kultury/</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Артюнина Г.П., Игнаткова С.А., 2008. Основы медицинских знаний. К.: Гаудеамус, [online] Доступно: <http://window.edu.ru/resource/098/22098/files/pspu006.pdf> 3. Валецька Р.О., 2008. Основы медичних знань. Луцьк: Волинськ обл. друкарня, [online] Доступно: https://studfiles.net/preview/2412960/ 4. Цимбал Н.М., 2000. Методи зміцнення фізичного здоров'я. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, [online] Доступно: https://bohdan-books.com/upload/iblock/d13/d134f03910045660c9b6e40deb8e8950.pdf 5. Баштовенко О.А. Екологічний та здоров'язбережувальний складники освіти. Екологічні науки : науково-практичний журнал. К: ДЕА, 2020.- №3(30).-296с. С.197-202
<p>Семінарське заняття (2 год.):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Фактори зовнішнього середовища та їх вплив на здоров'я. 2. Сучасні здоров'язбережувальні проблеми України та світу. 3. Стан здоров'я населення України та світу. Найбільш поширені захворювання. 4. Проблеми онкологічних захворювань. Значення екологічної ситуації. 5. Тривалість життя людини та проблеми геронтології. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Антонік В.І., Антонік І.П., Андріанов 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/Anatomiiia_fizioloiiia_ditei_z_osnovamy_hihiieny_ta_fizychnoi_kultury/ 2. Артюнина Г.П., Игнаткова С.А., 2008. Основы медицинских знаний. К.: Гаудеамус, [online] Доступно: <http://window.edu.ru/resource/098/22098/files/pspu006.pdf> 3. Валецька Р.О., 2008. Основы медичних знань. Луцьк: Волинськ обл. друкарня, [online] Доступно: https://studfiles.net/preview/2412960/ 4. Баштовенко О.А. Інтеграція здоров'язберігальної й екологічної компетентностей у професійній підготовці майбутніх фахівців фізичної культури. Концептуалізація

	компетентнісного підходу до професійної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури та спорту в контексті змішаного навчання: колективна монографія за заг. ред. О.К. Корносенко, О.В. Даниско; Полтав. нац. пед. ун-т ім. В.Г. Короленка – Полтава: ПНПУ ім. В.Г. Короленка. 2021.- 252 с. С. 49-64.
Завдання для самостійної роботи: <i>Підготувати реферат обсягом 10-15 стор. На запропоновані теми:</i> 1. <i>Поняття антропогенного фактору та локальних змін біоти.</i> 2. <i>Захворювання серцево-судинної системи. Термін виконання: до останнього тижня практичних занять</i>	3. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження : колективна монографія / за заг. ред. проф. Ю. Д. Бойчука.2017. Харків: Вид. Рожко С. Г., 488 с. 4. Основи валеології. 1998.В трех кн. / под общей ред. В. П. Петленко. К. : Олимпийская литература.

Тема № 6 Властивості характеру, терпимість, інтелект. Значення у формуванні порушень психічного здоров'я.

Перелік питань/завдань, що виносяться на обговорення/опрацювання	Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси
Лекція (2 год.): 1. Психічна складова здоров'я. 2. Стрес та депресія. 3. Визначення схильності до стресу. 4. Емоційний стрес. 5. Емоційне вигорання. 6. Духовна складова здоров'я: принципи формування, види порушень, шляхи відновлення.	1. Антонік В.І., Антонік І.П., Андріанов В.С., 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/Anatomiiia_fizioloiiia_ditei_z_osnovamy_hihiienu_ta_fizychnoi_kultury/ 2. Артюнина Г.П., Игнатъкова С.А., 2008. Основы медицинских знаний. К.: Гаудеамус, [online] Доступно: < http://window.edu.ru/resource/098/22098/files/pspu006.pdf > 3. Валецька Р.О., 2008.Основы медичних знань. Луцьк: Волинськ обл. друкарня, [online] Доступно: https://studfiles.net/preview/2412960/ 4. Цимбал Н.М., 2000. Методи зміцнення фізичного здоров'я. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, [online] Доступно: https://bohdan-books.com/upload/iblock/d13/d134f03910045660c9b6e40deb8e8950.pdf
Семінарське заняття (2 год.): 1. Тести « Відношення до здоров'я», «Ваше здоров'я», «Душевна рівновага».	1. Антонік В.І., Антонік І.П., Андріанов В.С., 2009. Анатомія, фізіологія дітей (з основами гігієни та фізичної культури):

<p>Стратегії подолання стресу.</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Шляхи відновлення та покращення психічного здоров'я. 3. Властивості характеру, терпимість, інтелект. Значення у формуванні порушень психічного здоров'я. 4. Ознаки, методи відновлення здоров'я. 	<p>Підручник. К.: Професіонал. Центр навчальної літератури, [online] Доступно: http://chtyvo.org.ua/authors/Antonik_VI/Anatomiia_fiziolohiia_ditei_z_osnovamy_hihiieny_ta_fizychnoi_kultury/</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Артюнина Г.П., Игнатъкова С.А., 2008. Основы медицинских знаний. К.: Гаудеамус, [online] Доступно: <http://window.edu.ru/resource/098/22098/files/pspu006.pdf> 3. Валецька Р.О., 2008. Основы медичних знань. Луцьк: Волинськ обл. друкарня, [online] Доступно: https://studfiles.net/preview/2412960/
--	--

Тема № 7 Профілактика інфекцій, що передаються статевим шляхом

Перелік питань/завдань, що виносяться на обговорення/опрацювання	Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси
<p>Лекція (2 год.):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Профілактика інфекцій, що передаються статевим шляхом. 2. Гонорея. Етіологія, патогенез. Ознаки, періоди розвтку хвороби 3. Сфіліс. Етіологія, патогенез. Ознаки, періоди розвтку хвороби 4. СНІД. Етіологія, патогенез. Ознаки, періоди розвтку хвороби. Профілактика. Інші інфекції, що передаються статевим шляхом. 5. Соціальна небезпека ВІЛ/СНІД. Розповсюдження, профілактика зараження, методи підтримування та відновлення здоров'я. 6. Фактори зовнішнього середовища та їх вплив на здоров'я. 7. Виявлення, профілактика, лікування. Тестовий контроль. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Антонік В.І., Антонік І.П., Андріанов 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_fiziolohiia_ditei_z_osnovamy_hihiieny_ta_fizychnoi_kultury/ 2. Артюнина Г.П., Игнатъкова С.А., 2008. Основы медицинских знаний. К.: Гаудеамус, [online] Доступно: <http://window.edu.ru/resource/098/22098/files/pspu006.pdf> 3. Валецька Р.О., 2008. Основы медичних знань. Луцьк: Волинськ обл. друкарня, [online] Доступно: https://studfiles.net/preview/2412960/ 4. Цимбал Н.М., 2000. Методи зміцнення фізичного здоров'я. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, [online] Доступно: https://bohdan-books.com/upload/iblock/d13/d134f03910045660c9b6e40deb8e8950.pdf
<p>Семінарське заняття (2 год.):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Профілактика інфекцій, що передаються статевим шляхом. 2. Гонорея. Етіологія, патогенез. Ознаки, 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Антонік В.І., Антонік І.П., Андріанов В.Є., 2009. Анатомія, фізіологія дітей (з основами гігієни та фізичної культури): Підручник. К.: Професіонал. Центр

<p>періоди розвтку хвороби</p> <p>3. Сфіліс. Етіологія, патогенез. Ознаки, періоди розвтку хвороби</p> <p>4. СНІД. Етіологія, патогенез. Ознаки, періоди розвтку хвороби. Профілактика. Інші інфекції, що передаються статевим шляхом.</p> <p>5. Соціальна небезпека ВІЛ/СНІД. Розповсюдження, профілактика зараження, методи підтримування та відновлення здоров'я.</p> <p>6. Фактори зовнішнього середовища та їх вплив на здоров'я. Виявлення, профілактика, лікування. Тестовий контроль</p>	<p>навчальної літератури, [online] Доступно: http://chtyvo.org.ua/authors/Antonik_VI/Anatomiiia_fiziolohiia_ditei_z_osnovamy_hihieny_ta_fizychnoi_kultury/</p> <p>2. Артюнина Г.П., Игнатъкова С.А., 2008. Основы медицинских знаний. К.: Гаудеамус, [online] Доступно: <http://window.edu.ru/resource/098/22098/files/pspu006.pdf></p> <p>3. Валецька Р.О., 2008. Основы медичних знань. Луцьк: Волинськ обл. друкарня, [online] Доступно: https://studfiles.net/preview/2412960/</p>
--	---

Тема № 8 Соціальна складова здоров'я.

Перелік питань/завдань, що виносяться на обговорення/опрацювання	Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси
<p>Лекція (2 год.):</p> <p>1. Соціально-небезпечні хвороби суспільства. Індикатори соціального здоров'я.</p> <p>2. Поняття про соціальне здоров'я, соціальний захист населення.</p> <p>3. Самооцінка соціального здоров'я.</p> <p>4. Заразні хвороби.</p> <p>5. Інфекційні та інвазійні (паразитарні) хвороби.</p>	<p>1. Антонік В.І., Антонік І.П., Андріанов В.С., Антонік В.І., Антонік І.П., Андріанов В.С., 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/Anatomiiia_fiziolohiia_ditei_z_osnovamy_hihieny_ta_fizychnoi_kultury/</p> <p>2. Артюнина Г.П., Игнатъкова С.А., 2008. Основы медицинских знаний. К.: Гаудеамус, [online] Доступно: <http://window.edu.ru/resource/098/22098/files/pspu006.pdf></p> <p>3. Валецька Р.О., 2008. Основы медичних знань. Луцьк: Волинськ обл. друкарня, [online] Доступно: https://studfiles.net/preview/2412960/</p> <p>4. Цимбал Н.М., 2000. Методи зміцнення фізичного здоров'я. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, [online] Доступно: https://bohdan-books.com/upload/iblock/d13/d134f03910045660c9b6e40deb8e8950.pdf</p> <p>5. Соціалізація студентської молоді засобами фізичної культури: колективна монографія / Колектив авторів: О. А. Баштовенко, Л. О. Голуб, О. Д. Замашкіна, Л. О. Житомирський, О. К. Корносенко, Я. М. Ніфака, О. А. Свєртнев, І. В. Тараненко, С. Б. Фурдуй, Г. В. Ярчук ; за заг. ред. С. Б. Фурдуй. – Ізмаїл: ІДГУ, Полтава:</p>

	ПНПУ імені В.Г. Короленка, 2019. – 220 с
<p>Семінарське заняття (2 год.):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Особливості інфекційних хвороб. 2. Інфекційний процес, його періоди. 3. Поняття епідемії та пандемії. 4. Групи інфекційних хвороб. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Антонік В.І., Антонік І.П., Андріанов 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_fiziolohiia_ditei_z_osnovamy_hihiieny_ta_fizychnoi_kultury/ 2. Артюнина Г.П., Игнатъкова С.А., 2008. Основы медицинских знаний. К.: Гаудеамус, [online] Доступно: <http://window.edu.ru/resource/098/22098/files/pspu006.pdf> 3. Валецька Р.О., 2008. Основы медичних знань. Луцьк: Волинськ обл. друкарня, [online] Доступно: https://studfiles.net/preview/2412960/
<p>Семінарське заняття (4 год.):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Характеристика інфекційних хвороб, що набули соціального значення: туберкульоз, педікульоз, гепатити А, В, С. 2. Біологічні особливості збудника, джерела інфекції, інкубаційний період, шляхи передачі, ознаки і перебіг хвороб, можливі ускладнення, надання невідкладної допомоги. 3. Профілактика загальна і спеціальна. Кишкові інфекції. 4. Харчові токсикоінфекції (сальмонельоз, ботулізм), холера, дизентерія. 5. Особливості розповсюдження кишкових інфекцій, збудники, профілактичні заходи. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Антонік В.І., Антонік І.П., Андріанов 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_fiziolohiia_ditei_z_osnovamy_hihiieny_ta_fizychnoi_kultury/ 2. Артюнина Г.П., Игнатъкова С.А., 2008. Основы медицинских знаний. К.: Гаудеамус, [online] Доступно: <http://window.edu.ru/resource/098/22098/files/pspu006.pdf> 3. Валецька Р.О., 2008. Основы медичних знань. Луцьк: Волинськ обл. друкарня, [online] Доступно: https://studfiles.net/preview/2412960/
<p>Завдання для самостійної роботи: <i>Підготувати реферат обсягом 10-15 стор.</i> <i>На запропоновані теми:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Негативні інфекційні чинники, що впливають на здоров'я.</i> 2. <i>Девіації сучасного суспільства.</i> <p><i>Термін виконання: до останнього тижня практичних занять</i></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження : колективна монографія / за заг. ред. проф. Ю. Д. Бойчука. 2017. Харків: Вид. Рожко С. Г., 488 с 2. Основы валеологии. 1998. В трех кн. / под общей ред. В. П. Петленко. К. : Олимпийская литература.

Тема № 9 Наркоманія, алкоголізм як соціальна небезпека

Перелік питань/завдань, що виносяться на обговорення/опрацювання	Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси
<p>Лекція (2 год.):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Наркоманія, алкоголізм як соціальна 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Антонік В.І., Антонік І.П., Андріанов

<p>небезпека.</p> <ol style="list-style-type: none"> Тютюнопаління. Алкоголізм. Наркоманія. Методи виявлення, дослідження показників. Шляхи відновлення здоров'я. 	<p>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/Anatomiiia_fizioloiiia_ditei_z_osnovamy_hihiieny_ta_fizychnoi_kultury/</p> <ol style="list-style-type: none"> Артюнина Г.П., Игнаткова С.А., 2008. Основы медицинских знаний. К.: Гаудеамус, [online] Доступно: <http://window.edu.ru/resource/098/22098/files/pspu006.pdf> Валецька Р.О., 2008. Основы 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
<p>Семінарське заняття (2 год.):</p> <ol style="list-style-type: none"> Тести «Чи піддаєшся ти впливу наркотиків», «Наркотики», «Залежність від наркотиків». Алкоголізм, небезпека для здоров'я, ускладнення, методи дослідження, методи профілактики та лікування. Тести «На схильність до алкоголізму», «Чи шкодить алкоголь твоєму здоров'ю» Тютюнопаління: формування залежності, методи відмови, шляхи корекції та лікування. Споживання здоров'я. Відновлення здоров'я. Тести «Що заважає Вам кинути палити». 	<ol style="list-style-type: none"> Антонік В.І., Антонік І.П., Андріанов 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/Anatomiiia_fizioloiiia_ditei_z_osnovamy_hihiieny_ta_fizychnoi_kultury/ Артюнина Г.П., Игнаткова С.А., 2008. Основы медицинских знаний. К.: Гаудеамус, [online] Доступно: <http://window.edu.ru/resource/098/22098/files/pspu006.pdf> Валецька Р.О., 2008. Основы медичних знань. Луцьк: Волинськ обл. друкарня, [online] Доступно: https://studfiles.net/preview/2412960/
<p>Завдання для самостійної роботи: <i>Підготувати реферат обсягом 10-15 стор.</i> <i>На запропоновані теми:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> Індивідуальний розвиток і психічне здоров'я. Типи психічних розладів. Заходи підтримання доброго психічного здоров'я. 	<ol style="list-style-type: none"> Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження : колективна монографія / за заг. ред. проф. Ю. Д. Бойчука. 2017. Харків: Вид. Рожко С. Г., 488 с Основы валеологии. 1998. В трех кн. / под общей ред. В. П. Петленко. К. : Олимпийская литература.

Термін виконання: до останнього тижня практичних занять

Тема № 10 Здоровий спосіб життя. Особливості формування

Перелік питань/завдань, що виносяться на обговорення/опрацювання	Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси
<p>Лекція (2 год.):</p> <ol style="list-style-type: none">1. Основи формування здорового способу життя. Принципи ЗСЖ.2. Рухова активність, оздоровче тренування, загартовування. Шляхи відновлення.3. Методи дослідження ЗСЖ і їх значення. Якість життя.4. Анкета оцінки якості життя(I та II). Принципи ЗСЖ.5. Пріоритетні напрямки формування ЗСЖ.	<ol style="list-style-type: none">1. Антонік В.І., Антонік І.П., Андріанов 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/Anatomiiia_fizioloiiia_ditei_z_osnovamy_hihiieny_ta_fizychnoi_kultury/2. Артюнина Г.П., Игнаткова С.А., 2008. Основы медицинских знаний. К.: Гаудеамус, [online] Доступно: <http://window.edu.ru/resource/098/22098/files/pspu006.pdf>3. Валецька Р.О., 2008. Основи медичних знань. Луцьк: Волинськ обл. друкарня, [online] Доступно: https://studfiles.net/preview/2412960/4. Цимбал Н.М., 2000. Методи зміцнення фізичного здоров'я. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, [online] Доступно: https://bohdan-books.com/upload/iblock/d13/d134f03910045660c9b6e40deb8e8950.pdf5. Баштовенко О.А. Формування здоров'язберігаючої компетенції майбутніх педагогів/ // Науковий вісник Ізмаїльського державного гуманітарного університету : збірник наукових праць. Серія «Педагогічні науки». – Ізмаїл : РВВ ІДГУ, 2019. – Вип. 42. – С. 34-40.

<p>Семінарське (4 год.):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Методи і форми пропаганди ЗСЖ. Законодавство України щодо формування ЗСЖ. 2. Анкета «Стан здоров'я та самопочуття». Фактори здоров'я. 3. Основи формування здорового способу життя. Рухова активність, оздоровче тренування, загартовування. 4. Особливості фізичної реабілітації осіб з особливими освітніми потребами. Шляхи відновлення. 5. Методи дослідження ЗСЖ і їх значення. Якість життя. 6. Пріоритетні напрямки формування ЗСЖ у школярів та осіб з особливими освітніми потребами. 7. Методи і форми пропаганди ЗСЖ. Законодавство України щодо формування ЗСЖ. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Антонік В.І., Антонік І.П., Андріанов 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_fiziolohiia_ditei_z_osnovamy_hihiieny_ta_fizychnoi_kultury/ 2. Артюнина Г.П., Игнатъкова С.А., 2008. Основы медицинских знаний. К.: Гаудеамус, [online] Доступно: <http://window.edu.ru/resource/098/22098/files/pspu006.pdf> 3. Валецька Р.О., 2008. Основи медичних знань. Луцьк: Волинськ обл. друкарня, [online] Доступно: https://studfiles.net/preview/2412960/
<p><i>Завдання для самостійної роботи:</i> <i>Підготувати реферат обсягом 10-15 стор. на запропоновані теми дослідження:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Формування тривожності, агресії в сім'ї, методи корекції. 2. Стан здоров'я та самопочуття <p><i>Термін виконання: до останнього тижня практичних занять</i></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження : колективна монографія / за заг. ред. проф. Ю. Д. Бойчука. 2017. Харків: Вид. Рожко С. Г., 488 с. 2. Основи валеології. 1998. В трьох кн. / под общей ред. В. П. Петленко. К. : Олимпийская литература.

Тема № 11 Основи довголіття.

<p>Перелік питань/завдань, що виносяться на обговорення/опрацювання</p>	<p>Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси</p>
<p>Семінарське заняття (4 год.):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Генетична зумовленість довголіття. 2. Система адаптації. 3. Імунітет: види імунітету та фактори, що на нього впливають. 4. Методи підвищення імунологічної витривалості організму – загартування, фіто профілактика, раціональне харчування тощо. 5. Причини виникнення імунодефіциту людини. Основи довголіття. 6. Якість життя та кількість, діалектична детермінованість здоров'я. 7. Генетична зумовленість довголіття. 8. Геронтологія – наука про процеси старіння організму. 9. Адаптаційно – регуляторна теорія старіння В. В. Фролькіса. 10. Узагальнюючі принципи подовження життя. 11. Прийоми і методи фізичного і психічного оздоровлення організму. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Антонік В.І., Антонік І.П., Андріанов 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_fiziolohiia_ditei_z_osnovamy_hihiieny_ta_fizychnoi_kultury/ 2. Артюнина Г.П., Игнатъкова С.А., 2008. Основы медицинских знаний. К.: Гаудеамус, [online] Доступно: <http://window.edu.ru/resource/098/22098/files/pspu006.pdf> 3. Валецька Р.О., 2008. Основи медичних знань. Луцьк: Волинськ обл. друкарня, [online] Доступно: https://studfiles.net/preview/2412960/
<p><i>Завдання для самостійної роботи:</i> <i>Підготувати реферат обсягом 10-15</i></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Загальна теорія здоров'я та

<p><i>стор. на запропоновані теми:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <i>1. Індивідуальний розвиток і психічне здоров'я.</i> <i>2. Основні фактори формування духовного здоров'я, як складова довголіття.</i> <p><i>Термін виконання: до останнього тижня практичних занять</i></p>	<p>здоров'язбереження : колективна монографія / за заг. ред. проф. Ю. Д. Бойчука.2017. Харків: Вид. Рожко С. Г., 488 с.</p> <ol style="list-style-type: none"> <i>2. Основи валеології. 1998.В трех кн. / под общей ред. В. П. Петленко. – К. : Олимпийская литература.</i>
<p><i>Для заочної форми</i></p> <p>Тема № 2. Здоров'я та хвороба.</p>	
<p>Завдання для самостійної роботи: <i>Підготувати реферат за запропонованими темами обсягом 10-15 стор.:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <i>1. Визначення індивідуальних біоритмів, їх видів та значення в житті.</i> <i>2. Особливості психологічного здоров'я особистості</i> <p><i>Термін виконання: до останнього тижня практичних занять</i></p>	<ol style="list-style-type: none"> <i>1. Гарбузов В.И., 1995. Человек – жизнь - здоровье (Древние и новые каноны медицины). Санкт-Петербург : Комплект, [online] Доступно: http://library.univer.kharkov.ua/OpacUnico de/index.php?url=/notices/index/IdNotice:23828/Source:default</i> <i>2. Смірнов С. М. 2000.Біологічні ритми і наше здоров'я. – М. 230 с.</i>

Тема № 3 Основні складові здоров'я

Перелік питань/завдань, що виносяться на	Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси
--	---

обговорення/опрацювання	
<p>Лекція (1 год.):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Здоров'я та його складові. 2. Чинники здоров'я. 3. Сфери здоров'я. 4. Рівні здоров'я. 5. Передумови здоров'я. 6. Вплив на формування здоров'я людини. 7. Вплив на формування здоров'я людини. 8. Фізична складова здоров'я: методи формування та дослідження, шляхи покращення. 9. Розподіл фізичних вправ в залежності від впливу на органи та системи. 10. Особливості проведення діагностики фізичного здоров'я. 11. Рухова активність та здоров'я. 12. Основи побудови оздоровчого тренування. 13. Основи раціонального харчування. Особливості оздоровчого харчування осіб з особливими освітніми потребами 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Антонік В.І., Антонік І.П., Андріанов В.С., 2009. Анатомія, фізіологія дітей (з основами гігієни та фізичної культури): Підручник. К.: Професіонал. Центр навчальної літератури, [online] Доступно: 2. http://chtyvo.org.ua/authors/Antonik_VI/Anatomiia_fiziolo_hiia_ditei_z_osnovamy_hihiieny_ta_fizychnoi_kultury/ 3. Артюнина Г.П., Игнатъкова С.А., 2008. Основы медицинских знаний. К.: Гаудеамус, [online] Доступно: <http://window.edu.ru/resource/098/22098/files/pspu006.pdf> 4. Валецька Р.О., 2008. Основи медичних знань. Луцьк: Волинськ обл. друкарня, 5. [online] Доступно: https://studfiles.net/preview/2412960/ 6. Цимбал Н.М., 2000. Методи зміцнення фізичного здоров'я. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, [online] Доступно: https://bohdan-books.com/upload/iblock/d13/d134f03910045660c9b6e40deb8e8950.pdf
<p>Завдання для самостійної роботи: <i>Підготувати повідомлення на 5-8 хв.:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Лікувальне харчування та дієтологія. 2. Профілактика розладів та захворювань шлунково-кишкового тракту. <p><i>Термін виконання: до останнього тижня практичних занять</i></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Байер К., Шейнберг Л. Здоровый образ жизни 1997.М.: Мир,368 с. с.https://search.rsl.ru/ru/record/01001783786 2. Гладышев Ю. В., Гладышева Н. Г. 2008. Валеология. Новосибирск: НГУЭУ, 108 с. Режим доступа: http://valeologija.ru/knigi/valeologiya-uchebnij-kompleks-gladisheva. 3. Здоровий спосіб життя [Електронний ресурс] : курс уроков. — Режим доступа: http://4brain.ru/zozh/pitanie.php.

Тема № 4 Характеристика різних видів тестування, анкетування опитування

Перелік питань/завдань, що виноситься на обговорення/опрацювання	Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси
<p>Лекція (1 год.):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Методи тестування показників здоров'я. Характеристика різних видів тестів, техніка їх проведення та значення їх у формуванні здоров'я. 2. Психічні процеси у життєдіяльності. Тривожність спортсменів під час змагань, діагностика, шляхи корекції (саморегуляція, релаксація). 3. Особливості формування складових здоров'я та здорового способу життя. 4. Методика зняття втоми. 5. Методи тестування показників здоров'я. Характеристика різних видів тестів, 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Антонік В.І., Антонік І.П., Андріанов В.С., 2009. Анатомія, фізіологія дітей (з основами гігієни та фізичної культури): Підручник. К.: Професіонал. Центр навчальної літератури, [online] Доступно: 2. http://chtyvo.org.ua/authors/Antonik_VI/Anatomiia_fiziolo_hiia_ditei_z_osnovamy_hihiieny_ta_fizychnoi_kultury/ 3. Артюнина Г.П., Игнатъкова С.А., 2008. Основы медицинских знаний. К.: Гаудеамус, [online] Доступно: <http://window.edu.ru/resource/098/22098/files/pspu006.pdf> 4. Валецька Р.О., 2008. Основи медичних

<p>техніка їх проведення та значення їх у формуванні здоров'я.</p> <p>6. Психічні процеси у життєдіяльності. Тривожність спортсменів під час змагань, 5. діагностика, шляхи корекції (саморегуляція, релаксація).</p>	<p>знань. Луцьк: Волинськ обл. друкарня, [online] Доступно: https://studfiles.net/preview/2412960/</p> <p>Цимбал Н.М., 2000. Методи зміцнення фізичного здоров'я. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, [online] Доступно: https://bohdan-books.com/upload/iblock/d13/d134f03910045660c9b6e40deb8e8950.pdf</p>
<p>Завдання для самостійної роботи: <i>Підготувати реферат обсягом 10-15 стор. На запропоновані теми:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Особливості психологічного здоров'я особистості. 2. Стрес та його значення в житті людини. 3. Способи спілкування в сім'ї та на роботі, значення методів анкетування та опитування у навчанні і формуванні психічного здоров'я. <p><i>Термін виконання: до останнього тижня практичних занять</i></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження : колективна монографія / за заг. ред. проф. Ю. Д. Бойчука. 2017. Харків: Вид. Рожко С. Г., 488 с. 2. Основи валеології. 1998. В трьох кн. / под общей ред. В. П. Петленко. К. : Олимпийская литература.

Тема № 5 Фактори зовнішнього середовища та їх вплив на здоров'я.

<p>Перелік питань/завдань, що виносяться на обговорення/опрацювання</p>	<p>Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси</p>
<p>Лекція (1 год.):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Фактори зовнішнього середовища та їх вплив на здоров'я. 2. Сучасні здоров'язбережувальні проблеми України та світу. 3. Стан здоров'я населення України та світу. Найбільш поширені захворювання. 4. Проблеми онкологічних захворювань. Значення екологічної ситуації. 5. Тривалість життя людини та проблеми геронтології. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Антонік В.І., Антонік І.П., Андріанов В.С., 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/Anatomiiia_fizioloiiia_ditei_z_osnovamy_hihiieny_ta_fizychnoi_kultury/ 2. http://chtyvo.org.ua/authors/Antonik_VI/Anatomiiia_fizioloiiia_ditei_z_osnovamy_hihiieny_ta_fizychnoi_kultury/ 3. Артюнина Г.П., Игнаткова С.А., 2008. Основы медицинских знаний. К.: Гаудеамус, [online] Доступно: http://window.edu.ru/resource/098/22098/files/pspu006.pdf 4. Валецька Р.О., 2008. Основи медичних знань. Луцьк: Волинськ обл. друкарня, [online] Доступно: https://studfiles.net/preview/2412960/ 5. Цимбал Н.М., 2000. Методи зміцнення фізичного здоров'я. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, [online] Доступно: https://bohdan-books.com/upload/iblock/d13/d134f03910045660c9b6e40deb8e8950.pdf
<p>Семинарське заняття (1 год.):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Фактори зовнішнього середовища та їх вплив на здоров'я. 2. Сучасні здоров'язбережувальні проблеми України та світу. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Антонік В.І., Антонік І.П., Андріанов В.С., 2009. Анатомія, фізіологія дітей (з основами гігієни та фізичної культури): Підручник. К.: Професіонал. Центр навчальної літератури, [online]

<ol style="list-style-type: none"> 3. Стан здоров'я населення України та світу. Найбільш поширені захворювання. 4. Проблеми онкологічних захворювань. Значення екологічної ситуації. 5. Тривалість життя людини та проблеми геронтології. 	<p>Доступно:</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. http://chtyvo.org.ua/authors/Antonik_VI/Anatomiiia_fiziolohiia_ditei_z_osnovamy_hihiieny_ta_fizychnoi_kultury/ 3. Артюнина Г.П., Игнатъкова С.А., 2008. Основы медицинских знаний. К.: Гаудеамус, [online] Доступно: <http://window.edu.ru/resource/098/22098/files/pspu006.pdf> 4. Валецька Р.О., 2008. Основы медичних знань. Луцьк: Волинськ обл. друкарня, 5. [online] Доступно: https://studfiles.net/preview/2412960/
<p>Завдання для самостійної роботи: <i>Підготувати реферат обсягом 10-15 стор. На запропоновані теми:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 5. <i>Поняття антропогенного фактору та локальних змін біоти.</i> 6. <i>Захворювання серцево-судинної системи. Термін виконання: до останнього тижня практичних занять</i> 	<ol style="list-style-type: none"> 7. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження : колективна монографія / за заг. ред. проф. Ю. Д. Бойчука. 2017. Харків: Вид. Рожко С. Г., 488 с. 8. Основы валеологии. 1998. В трех кн. / под общей ред. В. П. Петленко. К. : Олимпийская литература.

Тема № 6 Властивості характеру, терпимість, інтелект. Значення у формуванні порушень психічного здоров'я.

<p>Перелік питань/завдань, що виносяться на обговорення/опрацювання</p>	<p>Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси</p>
<p>Лекція (1 год.):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Психічна складова здоров'я. 2. Стрес та депресія. 3. Визначення схильності до стресу. 4. Емоційний стрес. 5. Емоційне вигорання. 6. Духовна складова здоров'я: принципи формування, види порушень, шляхи відновлення. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Антонік В.І., Антонік І.П., Андріанов В.С., 2009. Анатомія, фізіологія дітей (з основами гігієни та фізичної культури): Підручник. К.: Професіонал. Центр навчальної літератури, [online] Доступно: 2. http://chtyvo.org.ua/authors/Antonik_VI/Anatomiiia_fiziolohiia_ditei_z_osnovamy_hihiieny_ta_fizychnoi_kultury/ 3. Артюнина Г.П., Игнатъкова С.А., 2008. Основы медицинских знаний. К.: Гаудеамус, [online] Доступно: <http://window.edu.ru/resource/098/22098/files/pspu006.pdf> 4. Валецька Р.О., 2008. Основы медичних знань. Луцьк: Волинськ обл. друкарня, [online] Доступно: https://studfiles.net/preview/2412960/ 5. Цимбал Н.М., 2000. Методи зміцнення фізичного здоров'я. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, [online] Доступно: https://bohdan-books.com/upload/iblock/d13/d134f03910045660c9b6e40deb8e8950.pdf

<p>Семінарське заняття (1 год.):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Тести « Відношення до здоров'я», «Ваше здоров'я», «Душевна рівновага». Стратегії подолання стресу. 2. Шляхи відновлення та покращення психічного здоров'я. 3. Властивості характеру, терпимість, інтелект. Значення у формуванні порушень психічного здоров'я. 4. Ознаки, методи відновлення здоров'я. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Антонік В.І., Антонік І.П., Андріанов В.Є., 2009. Анатомія, фізіологія дітей (з основами гігієни та фізичної культури): Підручник. К.: Професіонал. Центр навчальної літератури, [online] Доступно: 2. http://chtyvo.org.ua/authors/Antonik_VI/Anatomiiia_fiziolohiia_ditei_z_osnovamy_hihiieny_ta_fizychnoi_kultury/ 3. Артюнина Г.П., Игнатъкова С.А., 2008. Основы медицинских знаний. К.: Гаудеамус, [online] Доступно: <http://window.edu.ru/resource/098/22098/files/pspu006.pdf> 4. Валецька Р.О., 2008. Основы медичних знань. Луцьк: Волинськ обл. друкарня, [online] Доступно: https://studfiles.net/preview/2412960/ 5. [online] Доступно: https://studfiles.net/preview/2412960/
---	--

Тема № 7 Профілактика інфекцій, що передаються статевим шляхом

Перелік питань/завдань, що виносяться на обговорення/опрацювання	Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси
<p>Лекція (1 год.):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Профілактика інфекцій, що передаються статевим шляхом. 2. Гонорея. Етіологія, патогенез. Ознаки, періоди розвтку хвороби 3. Сфіліс. Етіологія, патогенез. Ознаки, періоди розвтку хвороби 4. СНІД. Етіологія, патогенез. Ознаки, періоди розвтку хвороби. Профілактика. Інші інфекції, що передаються статевим шляхом. 5. Соціальна небезпека ВІЛ/СНІД. Розповсюдження, профілактика зараження, методи підтримування та відновлення здоров'я. 6. Фактори зовнішнього середовища та їх вплив на здоров'я. 7. Виявлення, профілактика, лікування. Тестовий контроль. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Антонік В.І., Антонік І.П., Андріанов В.Є., 2009. Анатомія, фізіологія дітей (з основами гігієни та фізичної культури): Підручник. К.: Професіонал. Центр навчальної літератури, [online] Доступно: 2. http://chtyvo.org.ua/authors/Antonik_VI/Anatomiiia_fiziolohiia_ditei_z_osnovamy_hihiieny_ta_fizychnoi_kultury/ 3. Артюнина Г.П., Игнатъкова С.А., 2008. Основы медицинских знаний. К.: Гаудеамус, [online] Доступно: <http://window.edu.ru/resource/098/22098/files/pspu006.pdf> 4. Валецька Р.О., 2008. Основы медичних знань. Луцьк: Волинськ обл. друкарня, [online] Доступно: https://studfiles.net/preview/2412960/ 5. Цимбал Н.М., 2000. Методи зміцнення фізичного здоров'я. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, [online] Доступно: https://bohdan-books.com/upload/iblock/d13/d134f03910045660c9b6e40deb8e8950.pdf
<p>Семінарське заняття (1 год.):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Профілактика інфекцій, що передаються статевим шляхом. 2. Гонорея. Етіологія, патогенез. Ознаки, періоди розвтку хвороби 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Антонік В.І., Антонік І.П., Андріанов В.Є., 2009. Анатомія, фізіологія дітей (з основами гігієни та фізичної культури): Підручник. К.: Професіонал. Центр навчальної літератури, [online] Доступно:

<ol style="list-style-type: none"> 3. Сфіліс. Етіологія, патогенез. Ознаки, періоди розвтку хвороби 4. СНІД. Етіологія, патогенез. Ознаки, періоди розвтку хвороби. Профілактика. Інші інфекції, що передаються статевим шляхом. 5. Соціальна небезпека ВІЛ/СНІД. Розповсюдження, профілактика зараження, методи підтримування та відновлення здоров'я. 6. Фактори зовнішнього середовища та їх вплив на здоров'я. 7. Виявлення, профілактика, лікування. Тестовий контроль 	<ol style="list-style-type: none"> 2. http://chtyvo.org.ua/authors/Antonik_VI/Anatomiiia_fizioloiiia_ditei_z_osnovamy_hiiieny_ta_fizychnoi_kultury/ 3. Артюнина Г.П., Игнатъкова С.А., 2008. Основы медицинских знаний. К.: Гаудеамус, [online] Доступно: <http://window.edu.ru/resource/098/22098/files/pspu006.pdf> 4. Валецька Р.О., 2008. Основы медичних знань. Луцьк: Волинськ обл. друкарня, [online] Доступно: https://studfiles.net/preview/2412960/
<p><i>Завдання для самостійної роботи:</i> <i>Підготувати реферат обсягом 10-15 стор.</i> <i>На запропоновані теми:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Соціально-небезпечні хвороби суспільства. 2. Індикатори соціального здоров'я. 3. Поняття про соціальне здоров'я, соціальний захист населення. 4. Самооцінка соціального здоров'я. 5. Заразні хвороби. 6. Інфекційні та інвазійні (паразитарні) хвороби. <p><i>Термін виконання: до останнього тижня практичних занять</i></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Антонік В.І., Антонік І.П., Андріанов В.Є., 2009. Анатомія, фізіологія дітей (з основами гігієни та фізичної культури): Підручник. К.: Професіонал. Центр навчальної літератури, [online] Доступно: 2. http://chtyvo.org.ua/authors/Antonik_VI/Anatomiiia_fizioloiiia_ditei_z_osnovamy_hiiieny_ta_fizychnoi_kultury/ 3. Артюнина Г.П., Игнатъкова С.А., 2008. Основы медицинских знаний. К.: Гаудеамус, [online] Доступно: <http://window.edu.ru/resource/098/22098/files/pspu006.pdf> 4. Валецька Р.О., 2008. Основы медичних знань. Луцьк: Волинськ обл. друкарня, [online] Доступно: https://studfiles.net/preview/2412960/

Тема № 8 Соціальна складова здоров'я.

Перелік питань/завдань, що виносяться на обговорення/опрацювання	Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси
<p>Семінарське заняття (1 год.):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Особливості інфекційних хвороб. 2. Інфекційний процес, його періоди. 3. Поняття епідемії та пандемії. 4. Групи інфекційних хвороб. 5. Характеристика інфекційних хвороб, що набули соціального значення: туберкульоз, педікульоз, гепатити А, В, С. 6. Біологічні особливості збудника, джерела інфекції, інкубаційний період, шляхи передачі, ознаки і перебіг хвороб, можливі ускладнення, надання невідкладної допомоги. 7. Профілактика загальна і спеціальна. Кишкові інфекції. 8. Харчові токсикоінфекції (сальмонельоз, ботулізм), холера, дизентерія. 	<ol style="list-style-type: none"> 4. Антонік В.І., Антонік І.П., Андріанов 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/Anatomiiia_fizioloiiia_ditei_z_osnovamy_hiiieny_ta_fizychnoi_kultury/ 5. Артюнина Г.П., Игнатъкова С.А., 2008. Основы медицинских знаний. К.: Гаудеамус, [online] Доступно: <http://window.edu.ru/resource/098/22098/files/pspu006.pdf> 6. Валецька Р.О., 2008. Основы медичних знань. Луцьк: Волинськ обл. друкарня, [online] Доступно: https://studfiles.net/preview/2412960/

9. Особливості розповсюдження кишкових інфекцій, збудники, профілактичні заходи	
<p>Завдання для самостійної роботи: <i>Підготувати реферат обсягом 10-15 стор.</i> <i>На запропоновані теми:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> Негативні інфекційні чинники, що впливають на здоров'я. Девіації сучасного суспільства. <p><i>Термін виконання: до останнього тижня практичних занять</i></p>	<ol style="list-style-type: none"> Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження : колективна монографія / за заг. ред. проф. Ю. Д. Бойчука. 2017. Харків: Вид. Рожко С. Г., 488 с Основи валеології. 1998. В трьох кн. / под общей ред. В. П. Петленко. К. : Олимпийская литература.

Тема № 9 Наркоманія, алкоголізм як соціальна небезпека

Перелік питань/завдань, що виносяться на обговорення/опрацювання	Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси
<p>Семінарське заняття (1 год.):</p> <ol style="list-style-type: none"> Тести «Чи піддаєшся ти впливу наркотиків», «Наркотики», «Залежність від наркотиків». Алкоголізм, небезпека для здоров'я, ускладнення, методи дослідження, методи профілактики та лікування. Тести «На схильність до алкоголізму», «Чи шкодить алкоголь твоєму здоров'ю» Тютюнопаління: формування залежності, методи відмови, шляхи корекції та лікування. Споживання здоров'я. Відновлення здоров'я. Тести «Що заважає Вам кинути палити». 	<ol style="list-style-type: none"> Антонік В.І., Антонік І.П., Андріанов 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/Anatomiiia_fiziologii_ditei_z_osnovamy_hihiieny_ta_fizychnoi_kultury/ Артюнина Г.П., Игнаткова С.А., 2008. Основы медицинских знаний. К.: Гаудеамус, [online] Доступно: <http://window.edu.ru/resource/098/22098/files/pspu006.pdf> Валецька Р.О., 2008. Основы медичних знань. Луцьк: Волинськ обл. друкарня, [online] Доступно: https://studfiles.net/preview/2412960/
<p>Завдання для самостійної роботи: <i>Підготувати реферат обсягом 10-15 стор.</i> <i>На запропоновані теми:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> Наркоманія, алкоголізм як соціальна небезпека. Тютюнопаління. Алкоголізм. Наркоманія. Методи виявлення, дослідження показників. Шляхи відновлення здоров'я. Індивідуальний розвиток і психічне здоров'я. Типи психічних розладів. Заходи підтримання доброго психічного здоров'я. <p><i>Термін виконання: до останнього тижня практичних занять</i></p>	<ol style="list-style-type: none"> Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження : колективна монографія / за заг. ред. проф. Ю. Д. Бойчука. 2017. Харків: Вид. Рожко С. Г., 488 с Основи валеології. 1998. В трьох кн. / под общей ред. В. П. Петленко. К. : Олимпийская литература.

Тема № 10 Здоровий спосіб життя. Особливості формування

Перелік питань/завдань, що виносяться на обговорення/опрацювання	Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси
<p>Семінарське (1 год.):</p> <ol style="list-style-type: none"> 8. Методи і форми пропаганди ЗСЖ. Законодавство України щодо формування ЗСЖ. 9. Анкета «Стан здоров'я та самопочуття». Фактори здоров'я. 10. Основи формування здорового способу життя. Рухова активність, оздоровче тренування, загартовування. 11. Особливості фізичної реабілітації осіб з особливими освітніми потребами. Шляхи відновлення. 12. Методи дослідження ЗСЖ і їх значення. Якість життя. 13. Пріоритетні напрямки формування ЗСЖ у школярів та осіб з особливими освітніми потребами. 14. Методи і форми пропаганди ЗСЖ. Законодавство України щодо формування ЗСЖ. 	<ol style="list-style-type: none"> 4. Антонік В.І., Антонік І.П., Андріанов 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_fiziolohiia_ditei_z_osnovamy_hihiieny_ta_fizychnoi_kultury/ 5. Артюнина Г.П., Игнатъкова С.А., 2008. Основы медицинских знаний. К.: Гаудеамус, [online] Доступно: <http://window.edu.ru/resource/098/22098/files/pspu006.pdf> 6. Валецька Р.О., 2008. Основи медичних знань. Луцьк: Волинськ обл. друкарня, [online] Доступно: https://studfiles.net/preview/2412960/
<p><i>Завдання для самостійної роботи:</i> <i>Підготувати реферат обсягом 10-15 стор. на запропоновані теми дослідження:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Основи формування здорового способу життя. Принципи ЗСЖ. 2. Рухова активність, оздоровче тренування, загартовування. 3. Шляхи відновлення. Формування тривожності, агресії в сім'ї, методи корекції. 4. Стан здоров'я та самопочуття <p><i>Термін виконання: до останнього тижня практичних занять</i></p>	<ol style="list-style-type: none"> 3. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження : колективна монографія / за заг. ред. проф. Ю. Д. Бойчука. 2017. Харків: Вид. Рожко С. Г., 488 с. 4. Основи валеології. 1998. В трех кн. / под общей ред. В. П. Петленко. К. : Олимпийская литература.

Тема № 11 Основи довголіття.

Перелік питань/завдань, що виносяться на обговорення/опрацювання	Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси
<p>Семінарське заняття (1 год.):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Основи довголіття. 2. Якість життя та кількість, діалектична детермінованість здоров'я. 3. Генетична зумовленість довголіття. 4. Геронтологія – наука про процеси старіння організму. 5. Адаптаційно – регуляторна теорія старіння В. В. Фролькіса. 6. Узагальнюючі принципи подовження життя. 7. Прийоми і методи фізичного і психічного оздоровлення організму. 	<ol style="list-style-type: none"> 4. Антонік В.І., Антонік І.П., Андріанов 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_fiziolohiia_ditei_z_osnovamy_hihiieny_ta_fizychnoi_kultury/ 5. Артюнина Г.П., Игнатъкова С.А., 2008. Основы медицинских знаний. К.: Гаудеамус, [online] Доступно: <http://window.edu.ru/resource/098/22098/files/pspu006.pdf>

	6. Валецька Р.О., 2008.Основи медичних знань. Луцьк: Волинськ обл. друкарня, [online] Доступно: https://studfiles.net/preview/2412960/
<p>Завдання для самостійної роботи: <i>Підготувати реферат обсягом 10-15 стор. на запропоновані теми:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Генетична зумовленість довголіття. 2. Система адаптації. 3. Імунітет: види імунітету та фактори, що на нього впливають. 4. Індивідуальний розвиток і психічне здоров'я. 5. Основні фактори формування духовного здоров'я, як складова довголіття. <p><i>Термін виконання: до останнього тижня практичних занять</i></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження : колективна монографія / за заг. ред. проф. Ю. Д. Бойчука.2017. Харків: Вид. Рожко С. Г., 488 с. 2. Основи валеології. 1998.В трех кн. / под общей ред. В. П. Петленко. – К. : Олимпийская литература.

6. Політика курсу

Студенти обов'язково відвідують навчальні заняття відповідно до розкладу занять. Пропуски занять з поважних причин, що підтвержені документально, можуть бути відпрацьовані протягом двох тижнів. Присутність на проміжному контролі – обов'язкова. У випадку відсутності за поважних причин – назначається додатковий час для складання модульної контрольної роботи («Положення про порядок оцінювання рівня навчальних досягнень студентів в умовах ЄКТС в ІДГУ»).

Політика академічної доброчесності

Навчальна траєкторія повинна скеровуватись відповідно до «Кодексу академічної доброчесності ІДГУ». Списування студентів під час проведення модульної контрольної роботи є недопустимою та заслуговує негативної оцінки.

7. Проміжний і підсумковий контроль

Форма проміжного контролю

Модульна контрольна робота проводиться у формі комп'ютерного тестування (за допомогою сервісу MOODL) та включає 30 тестових завдань різних рівнів складності.

Зразок модульної контрольної роботи

1. Визначте стани, що відносяться до імунодефіцитних:
 - А)дерматит
 - В)гостре отруєння
 - Б)інфаркт міокарда
 - Г)втрата свідомості

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

Підсумкова оцінка виставляється за результатами поточного та проміжного контролю. Під час поточного контролю оцінюються відповіді студента на семінарських заняттях та результати самостійної роботи. Нарахування балів за поточний контроль відбувається відповідно до «Положення про порядок оцінювання рівня навчальних досягнень студентів в умовах ЄКТС в ІДГУ».

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 тестове питання складає 1 бал. Критеріями оцінювання є правильна відповідь.

8.5. Критерії оцінювання під час підсумкового контролю

Підсумкова оцінка виставляється за результатами поточного та проміжного контролю.

Викладач


(підпис)

Баштовська С.М.
(ПІБ)

Затверджено на засіданні кафедри *Григор'євої культури, біології та основ здоров'я*
протокол № *7* від «*11*» *січня* *2022* р.

Завідувач кафедри


(підпис)

Баштовська С.М.
(ПІБ)