



СИЛАБУС
навчальної дисципліни

ДІАГНОСТИКА ТА МОНІТОРИНГ ЗДОРОВ'Я

1. Основна інформація про дисципліну

Тип дисципліни: обов'язкова

Форма навчання: денна, заочна

Освітній ступінь: бакалавр

Галузь знань: 01 Освіта/Педагогіка

Спеціальність: 014 Середня освіта

Предметна спеціальність 014.05 Біологія та здоров'я людини

Освітня програма: Середня освіта: біологія та здоров'я людини

Рік навчання: 4

Семестр: 8

Кількість кредитів (годин): денна форма навчання (3 кредити, 90 год., 16 год. лекц., 20 год. практ., 54 год. сам. роб.); заочна форма навчання (3 кредити, 90 год., 2 год. лекц., 6 год. практ., 82 год. сам. роб.)

Мова викладання: українська

Посилання на курс в онлайн-платформі Moodle:

<http://moodle.idgu.edu.ua/moodle/course/view.php?id=1822>

2. Інформація про викладача (викладачів)

ПІБ: Баштовенко Оксана Анатоліївна

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

Кафедра: фізичного виховання, спорту та здоров'я людини

Робочій e-mail bashtovenko@idguonline.net

Години консультацій на кафедрі: понеділок 16.00-17.00

3. Опис та мета дисципліни

Предмет вивчення навчальної дисципліни – методи дослідження індивідуального здоров'я і резервів здоров'я людини, а також діагностика стану окремих складових здоров'я та інтегральної оцінки здоров'я, факторів, які впливають на збереження здоров'я та розвиток фізичних якостей.

Метою вивчення дисципліни є: теоретична та практична підготовка майбутніх фахівців щодо оволодіння методами діагностики індивідуального здоров'я, фізичного розвитку, функціонального стану провідних систем організму з метою створення безпечних умов діяльності і життя, опанування принципів гармонійного розвитку особистості.

Передумови для вивчення дисципліни - оволодіння фаховими компетентностями, що формуються під час вивчення дисциплін: Анатомія людини, Основи медичних знань та долікарської допомоги, Фізіологія людини і тварин.

Міждисциплінарні зв'язки з дисциплінами Валеологічні засади здоров'я людини, Вікова фізіологія та шкільна гігієна.

4. Результати навчання

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні:

Знати: визначення поняття індивідуальне здоров'я та його складових, адаптаційні можливості організму людини, методи дослідження фізичного розвитку та функціональних можливостей організму.

Вміти: визначати адаптаційний потенціал, здійснювати моніторинг антропометричних,

сорматоскопічних та функціональних показників, визначати інтегральні показники здоров'я людини.

Комунікація: використовувати набуті знання при веденні наукових дискусій з питань пропаганди здоров'язбереження; формуванні спрямованості на пропаганду біологічних знань для збереження здоров'я людини та формування здорового способу життя, виявляти повагу до різноманітних національних уподобань та особливих освітніх потреб, 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 спрямування життєвої траєкторії.

5. Структура дисципліни

Денна форма навчання

Тема № 1. Поняття про індивідуальне здоров'я.

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. Визначення поняття здоров'я як критеріального підходу. 2. Складові індивідуального здоров'я. 3. Чинники здоров'я і здоровий спосіб життя. 4. Аналіз поняття «здоров'я» на основі різних критеріїв 5. Вплив соціально-екологічних факторів на здоров'я людини. 6. Спосіб життя як біосоціальна категорія, інтегруюча уявлення про певний тип життєдіяльності людини. 	<p>Апанасенко Г.Л. Санологія (медичні аспекти валеології). Київ-Львів, 2011. 303 с.</p> <p>Богдановська Н.В. Діагностика і моніторинг стану здоров'я: підручник для студентів вищих навчальних закладів. Запоріжжя: ЗНУ, 2015. 264 с.</p> <p>Іващук Л.Ю. Валеологія. [Навчальний посібник.Тернопіль: Навчальна книга-Богдан, 2010. 400 с.</p> <p>Міхеєнко О.І. Валеологія: основи індивідуального здоров'я людини Суми: Університетська книга, 2010. 448 с.</p>
<p>Практичне заняття (1 год.):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Аналіз поняття «здоров'я» на основі різних критеріїв 2. Вплив соціально-екологічних факторів на здоров'я людини. 3. Спосіб життя як біосоціальна категорія, інтегруюча уявлення про певний тип життєдіяльності людини. 	<p>Функціональна діагностика : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / М.Ф. Хорошуха, В.П. Мурза, М. Пушкар. – К. : Університет «Україна», 2007. 308 с.</p> <p>Здорова школа: аспекти моніторингу : навч. посіб. / Олена Шиян, Юлія Павлова, Ліліана Кудрик, Наталія Сороколіт, Оксана Микитюк ; за наук. ред. Олени Шиян. – Л. : Кольорове небо, 2013. 122 с.</p> <p>Баштовенко О.А. Визначення фізичного розвитку – складової здоров'язбереження. Молодь і ринок.-2019. №2(169). С.123-129.</p> <p>Баштовенко О.А. Моніторинг самопочуття студентів для визначення ролі фізичної культури в адаптації до учбового процесу. Молодь і ринок, 2017. №2(145). С.78-82.</p> <p>Шиян Б.М. Теорія і методика педагогічних досліджень у фізичному вихованні та спорті : навч. посіб. Тернопіль: Навч. кн. – Богдан, 2008. – 276 с.</p>
<p>Завдання для самостійної роботи: Скласти презентацію (10 слайдів): Гетичні хвороби людини. Антропогенні фактори.</p>	<p>https://xmedicin.com.ua/genetichni-hvorobi/</p> <p>https://www.pharmencyclopedia.com.ua/article/591/spadkovi-xvorobi</p> <p>https://studfile.net/preview/5513227/page:12/</p>

Терморегуляторні процеси організму. Пройти дистанційний курс на платформі за вибором: Prometheus, Edera, Coursera за тематикою заняття.	
--	--

Тема № 2 Поняття про моніторинг здоров'я та його методи.

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. Поняття про моніторинг здоров'я: мета, види, основні принципи. 2. Вимоги до методів, що застосовуються в процесі моніторингу здоров'я. 3. Розподіл дітей за групами здоров'я, за рекомендаціями ВООЗ. 4. Методи моніторингу морфо-функціонального розвитку дітей. 	<p>Апанасенко Г.Л. Санологія (медичні аспекти валеології). Київ-Львів, 2011. 303 с. Бойчук Т. Основи діагностичних досліджень у фізичній реабілітації : навч. посіб. для студ. ВНЗ Луцьк. : ЗУКЦ, 2010. 240 с. Міхеєнко О.І. Валеологія: основи індивідуального здоров'я людини Суми: Університетська книга, 2010. 448 с. Функціональна діагностика : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / М.Ф. Хорошуха, В.П. Мурза, М. Пушкар. – К. : Університет «Україна», 2007. 308 с. Круцевич Т.Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді : навчальний посібник / Т.Ю. Круцевич, М.І. Воробійов, Г.В. Безверхня. - Київ : Олімпійська література, 2011. 224 с. Баштовенко, О., Ярчук, Г. Теоретичне обґрунтування важливості і необхідності дослідження фізичного розвитку дітей та підлітків в Ізмайльському регіоні Науковий вісник ІДГУ Науковий вісник ІДГУ, 2020 Баштовенко О.А. Значення і роль методик самоконтролю у формуванні здоров'язберігаючої компетентності майбутніх фахівців фізичної культури// Традиції та інновації в сучасній педагогічній діяльності: Європейський вимір. Збірник наукових праць за матеріалами науково-педагогічної конференції. 2019. С.7-11.</p>
<p>Практичне заняття (1 год.):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Методи моніторингу стану серцево-судинної системи. 2. Методи моніторингу стану дихальної системи. 3. Особливості моніторингу психічного здоров'я, його складності. 4. Моніторинг пізнавальної та емоційно-вольової сфер особистості. 5. Моніторинг особистісних властивостей людини. 6. Технологія моніторингу психічного здоров'я. 7. Складання програми моніторингу психічного здоров'я для осіб різного віку. Скрінінг-тестування. 	
<p>Завдання для самостійної роботи: Пройти дистанційний курс на платформі за вибором: Prometheus, Edera, Coursera за тематикою заняття.</p>	<p>https://prometheus.org.ua/courses-catalog?q=%D0%BC%D0%BE%D0%BD%D1%96%D1%82%D0%BE%D1%80%D0%B8%D0%BD%D0%B3+%D0%B7%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%27%D1%8F</p>

Тема № 3 Адаптація та функціональні резерви організму людини.

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. Складові індивідуального здоров'я. Взаємозв'язок процесів здоров'я та адаптації. 2. Поняття про адаптацію та фізіологічні резерви організму людини. 3. Зв'язок організму з зовнішнім середовищем, регулювання його роботи 	<p>Апанасенко Г.Л. Санологія (медичні аспекти валеології). Київ-Львів, 2011. 303 с. Бойчук Т. Основи діагностичних досліджень у фізичній реабілітації : навч. посіб. для студ. ВНЗ Луцьк. : ЗУКЦ, 2010. 240 с. Міхеєнко О.І. Валеологія: основи індивідуального здоров'я людини Суми: Університетська книга, 2010. 448 с. Функціональна діагностика : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / М.Ф. Хорошуха, В.П. Мурза, М. Пушкар. – К. : Університет «Україна», 2007. 308 с.</p>
<p>Практичне заняття (2 год.):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Складові індивідуального здоров'я. Взаємозв'язок процесів здоров'я та адаптації. 2. Поняття про адаптацію та фізіологічні резерви організму людини. 3. Зв'язок організму з зовнішнім середовищем, регулювання його роботи 	<p>Баштовенко, О. А., & Вовк, А. М. Значення біологічних знань для формування ноосферної свідомості майбутнього педагога. In The 6th International scientific and practical conference “Fundamental and applied research in the modern world”(January 20-22, 2021) BoScience Publisher, Boston, USA. 2021. 992 p. (p. 340). Баштовенко О.А. Методики фізіологічних досліджень до практичного курсу фізіологічних основ фізичного виховання та спорту. Методичні рекомендації. - Ізмаїл. -2018. - 75 с.</p>
<p>Завдання для самостійної роботи: Пройти дистанційний курс на платформі за вибором: Prometheus, Edera, Coursera за тематикою заняття. Проаналізувати статтю та зробити анотацію статті Маракушин Д.І. Підготувати презентацію (15 слайдів): Фізіологічні резерви організму людини</p>	<p>Маракушин Д.І. Функціональні резерви організму як показник ефективності регуляторних процесів, що забезпечують адаптацію організму до дії факторів навколишнього середовища / https://jmb.s.com.ua/pdf/5/1/jmbs0-2020-5-1-021.pdf</p>

Тема № 4 Визначення біологічного віку людини та гіпотетичної тривалості життя.

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. Очікувана тривалість життя як демографічний прогностичний показник. 2. Вікові показники смертності для відповідного року народження людини. 3. Регіональні відмінності у тривалості життя. Гомеорезис – схильність до підтримання біологічного процесу. 4. «Біологічний вік» як показник загальної психофізичної дієздатності (повносправності) і життєздатності організму 	<p>Апанасенко Г.Л. Санологія (медичні аспекти валеології). Київ-Львів, 2011. 303 с. Богдановська Н.В. Діагностика і моніторинг стану здоров'я: підручник для студентів вищих навчальних закладів . Запоріжжя: ЗНУ, 2015. 264 с. Линець М.М. Витривалість, здоров'я, працездатність Львів, 1993. 132 с. Міхеєнко О.І. Валеологія: основи індивідуального здоров'я людини Суми: Університетська книга, 2010. 448 с.</p>
<p>Практичне заняття (2 год.):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Очікувана тривалість життя як 	<p>Бойчук Т. Основи діагностичних досліджень у фізичній реабілітації : навч. посіб. для студ. ВНЗ Луцьк. : ЗУКЦ, 2010. 240 с.</p>

<p>демографічний прогностичний показник.</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Вікові показники смертності для відповідного року народження людини. 3. Регіональні відмінності у тривалості життя. Гомеорезис – схильність до підтримання біологічного процесу. 4. «Біологічний вік» як показник загальної психофізичної дієздатності (повносправності) і життєздатності організму. 	<p>Функціональна діагностика : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / М.Ф. Хорошуха, В.П. Мурза, М. Пушкар. – К. : Університет «Україна», 2007. 308 с.</p> <p>Федияк Н., Мицкан Б., 2013 Біологічний вік і темп старіння людей різних вікових груп Молодіжний науковий вісник https://evnuir.vnu.edu.ua/bitstream/123456789/6670/1/10.pdf</p> <p>Бухинська Т.В., Корчан Н.О. Проблеми геронтології в сучасному ВДНЗУ «Українська медична стоматологічна академія», м. Полтава https://core.ac.uk/download/pdf/270126958.pdf</p>
<p>Завдання для самостійної роботи: Підготуйте презентацію обсягом 15 слайдів за темою: Гомеорез – траєкторія змін стану фізіологічних систем організму протягом життя.</p>	

Тема № 5 Методи дослідження фізичного розвитку людини.

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. Методи дослідження фізичного розвитку, фізичної підготовленості та функціональних можливостей організму учнів. 2. Функціональний стан і адаптація організму до фізичних навантажень. 3. Неприятливі типи реакції : астеничний, дистонічний, гіпертонічний, і східчастий типи. Медичний контроль, педагогічний контроль і самоконтроль. 4. Працездатність та її зміни. 	<p>Апанасенко Г.Л. Санологія (медичні аспекти валеології). Київ-Львів, 2011. 303 с.</p> <p>Бойчук Т. Основи діагностичних досліджень у фізичній реабілітації : навч. посіб. для студ. ВНЗ Луцьк. : ЗУКЦ, 2010. 240 с.</p> <p>Міхеєнко О.І. Валеологія: основи індивідуального здоров'я людини Суми: Університетська книга, 2010. 448 с.</p> <p>Функціональна діагностика : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / М.Ф. Хорошуха, В.П. Мурза, М. Пушкар. – К. : Університет «Україна», 2007. 308 с.</p> <p>Круцевич Т. Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді : навчальний посібник / Т. Ю. Круцевич, М. І. Воробйов, Г. В. Безверхня. - Київ : Олімпійська література, 2011. 224 с.</p> <p>Мурза В.П. Методи функціональних досліджень у фізичній реабілітації та спортивній медицині: навчальний посібник для вищих навчальних закладів К.: Університет «Україна», 2001. – 96 с.</p>

<p>Практичне заняття (2 год.):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Визначення складових фізичного розвитку та його показників. 2. Обґрунтування ролі фізичного розвитку у функціональному стані організму 3. Обґрунтування ролі контролю та самоконтролю учнів для підтримання належного фізичного розвитку. Визначте основні складові. 4. Складові (розділи) щоденника самоконтролю здоров'я учня 	<p>Бойчук Т. Основи діагностичних досліджень у фізичній реабілітації : навч. посіб. для студ. ВНЗ Луцьк. : ЗУКЦ, 2010. 240 с.</p> <p>Круцевич Т. Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді : навчальний посібник / Т. Ю. Круцевич, М. І. Воробйов, Г. В. Безверхня. - Київ : Олімпійська література, 2011. 224 с.</p> <p>Мурза В.П. Методи функціональних досліджень у фізичній реабілітації та спортивній медицині: навчальний посібник для вищих навчальних закладів К.: Університет «Україна», 2001. 96 с.</p>
<p>Завдання для самостійної роботи: Підготуйте реферат обсягом 5-10 стор. за темою: Оздоровче тренування дітей і підлітків як фактор формування фізіологічних резервів Рациональний розподіл дня та його значення для учня.</p>	<p>Грибан В.Г. Валеологія: [підручник] / В.Г. Грибан.- К.:Центр учбової літератури, 2008. 214 с.</p> <p>Іващук Л.Ю. Валеологія. [Навчальний посібник. Тернопіль: Навчальна книга-Богдан, 2010. 400 с.</p>

Тема № 6 Оцінка основних властивостей нервової системи.

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. Дослідження центральної та вегетативної нервової системи. 2. Дослідження стану аналізаторів. 3. Дослідження м'язового та проприоцептивного відчуття. 4. Оцінка функціональної асиметрії. 5. Метод електроенцефалографії. 6. Апаратура для проведення ЕЕГ. Діагностична цінність методу ЕЕГ 	<p>Бойчук Т. Основи діагностичних досліджень у фізичній реабілітації : навч. посіб. для студ. ВНЗ Луцьк. : ЗУКЦ, 2010. 240 с.</p> <p>Круцевич Т.Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді : навчальний посібник / Т.Ю. Круцевич, М. І. Воробйов, Г. В. Безверхня. - Київ : Олімпійська література, 2011. 224 с.</p> <p>Мурза В.П. Методи функціональних досліджень у фізичній реабілітації та спортивній медицині: навчальний посібник для вищих навчальних закладів К.: Університет «Україна», 2001. 96 с.</p>
<p>Практичне заняття (2 год.):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Обґрунтування значення нервової системи у підтриманні функціонального стану організму людини. 2. Основні характеристики нервових процесів 3. Основні методи дослідження нервової системи 4. Визначення вегетативного тону за коефіцієнтом Хильденбранта. Опишіть виконання 5. Визначення вегетативний індекс Кердо. Опишіть виконання. 6. Виконання ортостатичної проби, методика та результат. 7. Виконання кліностатичної проби, методика та результат. 	<p>Міхеєнко О.І. Валеологія: основи індивідуального здоров'я людини Суми: Університетська книга, 2010. 448 с.</p> <p>Хорошуха М.Ф. Основи здоров'я: [Навчальний посібник для студ. вищ. навч. закл.] К.: НПУ імені М.П.Драгоманова, 2009. 372 с.</p> <p>Круцевич Т.Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді : навчальний посібник / Т.Ю. Круцевич, М.І. Воробйов, Г.В. Безверхня. - Київ : Олімпійська література, 2011. 224 с.</p>

Тема № 7 Методи функціональної діагностики вищої нервової діяльності.

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"> Сукупність властивостей нервової системи, що визначають характер взаємодії організму з навколишнім середовищем і складають фізіологічну основу індивідуальної діяльності людини. Визначення типу вищої нервової діяльності. Пам'ять, як складова психофізіологічних параметрів. Дослідження уваги та динаміки розумової працездатності. 	<p>Апанасенко Г.Л. Санологія (медичні аспекти валеології). Київ-Львів, 2011. 303 с. Грищенко С., Бесіда Н., Слободяник В., Куліша-Любінець М., Баштовенко О. та Трифонова О. Нейропсихологічні технології здоров'я. BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience, 2022. 13 (3), 166-180. Богдановська Н.В. Діагностика і моніторинг стану здоров'я: підручник для студентів вищих навчальних закладів. Запоріжжя: ЗНУ, 2015. 264 с. Бойчук Т. Основи діагностичних досліджень у фізичній реабілітації : навч. посіб. для студ. ВНЗ Луцьк. : ЗУКЦ, 2010. 240 с. Горго Ю.П. Оцінка та керування функціональними робочими станами людин: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Запоріжжя: ЗНУ, 2006. 135 с.</p>
<p>Практичне заняття (2 год):</p> <ol style="list-style-type: none"> Визначення власного типу вищої нервової діяльності, характерні риси, та суміжні з іншими типами. Проведення тесту з визначення короткочасної пам'яті за методикою Джекобсона Методика визначення уваги. Опишіть методику і результат. 	
<p>Завдання для самостійної роботи: Підготувати реферат обсягом 10 -15 стор. за темами: Стан здоров'я дитячого населення та його показники Шкідливі звички – руйнівачі тренованості Пройти дистанційний курс на платформі за вибором: Prometheus, Edera, Coursera за тематикою заняття.</p>	<p>Щорічна доповідь про стан здоров'я населення України https://library.gov.ua/shhorichna-dopovid-pro-stan-zdorov-ya-naseleण्या-sanitarno-epidemicynu-sytuatsiyu-ta-rezultaty-diyalnosti-systemy-ohorony-zdorov-ya-ukrayiny-2017-rik/</p>

Тема № 8 Дослідження функціонального стану системи зовнішнього дихання.

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"> Роль дихальної системи в пристосуванні організму до різних видів фізичних навантажень, формуванні найбільш адекватної реакції на різного роду дії. Методи спірометрії, спірографії, пневмотахометрії, оксигеметрії, методи газового аналізу, ряд методик щодо визначення інтегральних параметрів системи зовнішнього дихання, а також функціональні проби. Розрахункові методи визначення показників системи зовнішнього дихання. Функціональне тестування системи зовнішнього дихання 	<p>Апанасенко Г.Л. Санологія (медичні аспекти валеології). Київ-Львів, 2011. 303 с. Богдановська Н.В. Діагностика і моніторинг стану здоров'я: підручник для студентів вищих навчальних закладів. Запоріжжя: ЗНУ, 2015. 264 с. Бойчук Т. Основи діагностичних досліджень у фізичній реабілітації : навч. посіб. для студ. ВНЗ Луцьк.: ЗУКЦ, 2010. 240 с. Горго Ю.П. Оцінка та керування функціональними робочими станами людин: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Запоріжжя: ЗНУ, 2006. 135 с.</p>

<p>Практичне заняття (2 год.):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Характеристика дихальних об'ємів. 2. Традиційні методи визначення показників системи зовнішнього дихання 3. Розрахункові методи визначення показників системи зовнішнього дихання 4. Методика та проведення визначення Індексу гіпоксії. 5. Проведення функціональних гіпоксичних проб із затримкою дихання на вдиху (проба Штанге) і на видиху (проба Генчі). Проаналізуйте результат. <ol style="list-style-type: none"> 1. Методику виконання комбінованої проби Серкіна 	<p>Круцевич Т.Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді : навчальний посібник / Т.Ю. Круцевич, М.І. Воробйов, Г.В. Безверхня. - Київ : Олімпійська література, 2011. 224 с.</p>
<p>Завдання для самостійної роботи:</p> <p>Підготувати доповідь на 5-8 хв.:</p> <p>Роль повітря у життєдіяльності людини</p> <p>Негативні фактори повітря та їх вплив на організм людини</p>	<p>https://wiki.legalaid.gov.ua/index.php/%D0%97%D0%B0%D0%B1%D1%80%D1%83%D0%B4%D0%BD%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D1%8F.%D0%A%D0%BB%D0%B0%D1%81%D0%B8%D1%84%D1%96%D0%BA%D0%B0%D1%86%D1%96%D1%8F.%D0%B7%D0%B0%D0%B1%D1%80%D1%83%D0%B4%D0%BD%D0%B5%D0%BD%D1%8C%D0%B4%D0%BE%D0%B2%D0%BA%D1%96%D0%BB%D0%BB%D1%8F</p>

Тема № 9 Методи дослідження системи кровообігу.

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. Вимір частоти серцевих скорочень та артеріального тиску. 2. Розрахункові показники системи кровообігу. Функціональна оцінка серцево судинної системи. 3. Типи реакцій кровообігу на функціональне навантаження. 4. Інструментальні методи дослідження системи кровообігу. 5. Теоретичні основи стандартної електрокардіографії. 6. Теоретичні основи методу аускультатії та фонокардіографії. 	<p>Амосов Н.М. Сердце и физические упражнения. – 2-е изд., перераб. и доп. К.: Здоров'я, 1985. – 80 с.</p> <p>Апанасенко Г.Л. Санологія (медичні аспекти валеології). Київ-Львів, 2011. 303 с.</p> <p>Богдановська Н.В. Діагностика і моніторинг стану здоров'я: підручник для студентів вищих навчальних закладів. Запоріжжя: ЗНУ, 2015. 264 с.</p> <p>Бойчук Т. Основи діагностичних досліджень у фізичній реабілітації : навч. посіб. для студ. ВНЗ Луцьк. : ЗУКЦ, 2010. 240 с.</p> <p>Баштовенко О.А. Методики фізіологічних досліджень до практичного курсу фізіологічних основ фізичного виховання та спорту. Методичні рекомендації. - Ізмаїл. -2018. - 75 с.</p>
<p>Практичне заняття (2 год.):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Характеристика основних показників функціонування серцево-судинної системи 2. Характеристика електрокардіографії, як метод визначення електричної активності серця 3. Характеристика явища екстрасистолії. 4. Характеристика методу реографії та його значення. 5. Характеристика методу сфігмографії та його значення. 	<p>Круцевич Т.Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді : навчальний посібник / Т.Ю. Круцевич, М.І. Воробйов, Г.В. Безверхня. - Київ : Олімпійська література, 2011. 224 с.</p> <p>Мурза В.П. Методи функціональних досліджень у фізичній реабілітації та спортивній медицині: навчальний посібник для вищих навчальних закладів К.: Університет «Україна», 2001. 96 с.</p>

<p>Завдання для самостійної роботи: Підготувати доповідь на 5-8 хв.: Захворювання системи кровообігу у дітей Гемодинаміка та її основні показники Пройти дистанційний курс на платформі за вибором: Prometheus, Edera, Coursera за тематикою заняття.</p>	<p>Щорічна доповідь про стан здоров'я населення України https://library.gov.ua/shhorichna-dopovid-pro-stan-zdorov-ya-naselennya-sanitarno-epidemicnu-sytuatsiyu-ta-rezultaty-diyalnosti-systemy-ohorony-zdorov-ya-ukrayiny-2017-rik/</p>
---	---

Тема № 10 Дослідження опорно-рухового апарату.

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. Загальні аспекти морфофункціонального обстеження опорно-рухового апарату. 2. Методи антропометричних досліджень. Теоретичні основи діагностики викривлення хребта. 3. Причини розвитку сколіозу. Види сколіозу за формою і локалізацією. Ступені сколіозу. 4. Тестові рухи, тестові позиції. 5. Клінічна діагностика сколіотичних викривлень. Рентген діагностика. 	<p>Апанасенко Г.Л. Санологія (медичні аспекти валеології). Київ-Львів, 2011. 303 с. Богдановська Н.В. Діагностика і моніторинг стану здоров'я: підручник для студентів вищих навчальних закладів . Запоріжжя: ЗНУ, 2015. 264 с. Іващук Л.Ю. Валеологія. [Навчальний посібник. Тернопіль: Навчальна книга-Богдан, 2010. 400 с. Круцевич Т.Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді : навчальний посібник / Т.Ю. Круцевич, М. І. Воробйов, Г.В. Безверхня. - Київ : Олімпійська література, 2011. 224 с.</p>
<p>Практичне заняття (2 год.):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Охарактеризуйте основні складові зовнішнього огляду тіла та методики їх визначення. 2. Методи антропометрії та соматоскопії 3. Визначення власної постави, обґрунтування. 4. Визначення стану склепіння стопи. 5. Здійснення власних антропометричних вимірів (Довжину тіла (стоячи і сидячи), Масу тіла, Окружність грудної клітки та її екскурсію) та опишіть методику їх виконання. 6. Проведення обстеження з групою учнів (10 чол.) та порівняння результатів за віковими та гендерними ознаками. 	<p>Баштовенко О.А. Методики фізіологічних досліджень до практичного курсу фізіологічних основ фізичного виховання та спорту. Методичні рекомендації. - Ізмаїл. -2018. 75 с. Бойчук Т. Основи діагностичних досліджень у фізичній реабілітації : навч. посіб. для студ. ВНЗ Луцьк. : ЗУКЦ, 2010. 240 с.</p>
<p>Завдання для самостійної роботи: <i>Підготувати реферат.:</i> Аналіз захворювання системи опорно-рухового апарату Проаналізувати захворювання системи опорно-рухового апарату за регіонами України Підготувати реферативне повідомлення на тему «Критерії оцінки ефективності загартовуючих процедур учнів старших класів».</p>	<p>Щорічна доповідь про стан здоров'я населення України https://library.gov.ua/shhorichna-dopovid-pro-stan-zdorov-ya-naselennya-sanitarno-epidemicnu-sytuatsiyu-ta-rezultaty-diyalnosti-systemy-ohorony-zdorov-ya-ukrayiny-2017-rik/</p>

Тема № 11 Функціональний стан організму та його діагностика.

Перелік питань/завдань, що виносяться на обговорення/опрацювання	Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси
<p>Практичне заняття (2 год.):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Визначення функціонального стану організму. Виокремлення його складових. 2. Визначення факторів впливу на функціональний стан організму людини. 3. Визначення фізіологічних резервів організму, їх значення. 4. Визначення свого біологічного віку відповідно до запропонованих тестових завдань (Лекція 11) 2-3 завдання. 5. Дайте визначення функціональної діагностики і її складових 6. Метод інтегральної оцінки фізичного здоров'я В.А. Шаповалової. 7. Метод - експрес-оцінка рівня фізичного здоров'я за Г.Л. Апанасенко 8. Метод - оцінка рівня фізичного здоров'я за В.С. Язловецьким і В.А. Іванченком 	<p>Шиян Б.М. Теорія і методика педагогічних досліджень у фізичному вихованні та спорті : навч. посіб. Тернопіль: Навч. кн. – Богдан, 2008. 276 с.</p> <p>Міхеєнко О.І. Валеологія: основи індивідуального здоров'я людини Суми: Університетська книга, 2010. 448 с.</p> <p>Маліков М.В. Функціональна діагностика у фізичному вихованні і спорті: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів Запоріжжя: ЗДУ, 2006. 227 с.</p> <p>Мурза В.П. Методи функціональних досліджень у фізичній реабілітації та спортивній медицині: навчальний посібник для вищих навчальних закладів К.: Університет «Україна», 2001. 96 с.</p>
<p>Завдання для самостійної роботи:</p> <p>Підготувати Microsoft PowerPoint-презентацію на тему «Методика гігієнічної оцінки місць проведення занять».</p> <p>Підготувати доповідь на тему «Гігієнічні основи режиму дня різних вікових груп школярів».</p> <p>Розробити методику антропометричних обстежень школярів початкових класів.</p>	<p>Баштовенко О.А. Визначення фізичного розвитку – складової здоров'язбереження. Молодь і ринок.-2019. №2(169). С.123-129.</p> <p>Баштовенко О.А. Моніторинг самопочуття студентів для визначення ролі фізичної культури в адаптації до учбового процесу. Молодь і ринок, 2017. №2(145). С.78-82.</p> <p>Баштовенко О., Ярчук Г. Теоретичне обґрунтування важливості і необхідності дослідження фізичного розвитку дітей та підлітків в Ізмайльському регіоні Науковий вісник ІДГУ Науковий вісник ІДГУ, 2020.</p> <p>Стельмахівська В.П. Етапи становлення шкільної гігієни в Україні в період реорганізації системи освіти (історія, шляхи розвитку, проблеми, досягнення) / Науковий вісник Ужгородського університету, серія „Медицина”, вип. 37, 2009.</p> <p>https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/bitstream/lib/1209/1/1/%D0%95%D1%82%D0%B0%D0%BF%D0%B8%20%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D1%8F%20%D1%88%D0%BA%D1%96%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D1%97%20%D0%B3%D1%96%D0%B3%D1%96%D1%94%D0%BD%D0%B8%20%D0%B2%20%D0%A3%D0%BA%D1%80%D0%B0%D1%97%D0%BD%D1%96.pdf</p> <p>https://subject.com.ua/valeology/valecka/15.html</p>

Заочна форма навчання

Тема № 1. Поняття про індивідуальне здоров'я.

Перелік питань/завдань, що виносяться на обговорення/опрацювання	Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси
<p>Лекція (- год.):</p> <p>Визначення поняття здоров'я як критеріального підходу.</p> <p>Складові індивідуального здоров'я.</p> <p>Чинники здоров'я і здоровий спосіб життя.</p> <p>Аналіз поняття «здоров'я» на основі різних критеріїв</p> <p>Вплив соціально-екологічних факторів на здоров'я людини.</p> <p>Спосіб життя як біосоціальна категорія, інтегруюча уявлення про певний тип життєдіяльності людини.</p>	<p>Апанасенко Г.Л. Санологія (медичні аспекти валеології). Київ-Львів, 2011. 303 с.</p> <p>Богдановська Н.В. Діагностика і моніторинг стану здоров'я: підручник для студентів вищих навчальних закладів. Запоріжжя: ЗНУ, 2015. 264 с.</p> <p>Іващук Л.Ю. Валеологія. [Навчальний посібник. Тернопіль: Навчальна книга-Богдан, 2010. 400 с.</p> <p>Міхеєнко О.І. Валеологія: основи індивідуального здоров'я людини Суми: Університетська книга, 2010. 448 с.</p>
<p>Практичне заняття (- год.):</p> <p>Аналіз поняття «здоров'я» на основі різних критеріїв</p> <p>Вплив соціально-екологічних факторів на здоров'я людини.</p> <p>Спосіб життя як біосоціальна категорія, інтегруюча уявлення про певний тип життєдіяльності людини.</p>	<p>Функціональна діагностика : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / М.Ф. Хорошуха, В.П. Мурза, М. Пушкар. – К. : Університет «Україна», 2007. 308 с.</p> <p>Здорова школа: аспекти моніторингу : навч. посіб. / Олена Шиян, Юлія Павлова, Ліліана Кудрик, Наталія Сороколіт, Оксана Микитюк ; за наук. ред. Олени Шиян. – Л. : Кольорове небо, 2013. 122 с.</p> <p>Баштовенко О.А. Визначення фізичного розвитку – складової здоров'язбереження. Молодь і ринок.-2019. №2(169). С.123-129.</p> <p>Баштовенко О.А. Моніторинг самопочуття студентів для визначення ролі фізичної культури в адаптації до навчального процесу. Молодь і ринок, 2017. №2(145). С.78-82.</p> <p>Шиян Б.М. Теорія і методика педагогічних досліджень у фізичному вихованні та спорті : навч. посіб. Тернопіль: Навч. кн. – Богдан, 2008. – 276 с.</p>
<p>Завдання для самостійної роботи:</p> <p>Скласти презентацію (10 слайдів):</p> <p>Гетичні хвороби людини.</p> <p>Антропогенні фактори.</p> <p>Терморегуляторні процеси організму.</p> <p>Пройти дистанційний курс на платформі за вибором: Prometeus, Edera, Coursera за тематикою заняття.</p>	<p>https://xmedicin.com.ua/genetichni-hvorobi/</p> <p>https://www.pharmencyclopedia.com.ua/article/591/s-padkovi-xvorobi</p> <p>https://studfile.net/preview/5513227/page:12/</p>

Тема № 2 Поняття про моніторинг здоров'я та його методи.

Перелік питань/завдань, що виносяться на обговорення/опрацювання	Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси
<p>Лекція (1 год.):</p> <p>Поняття про моніторинг здоров'я: мета, види, основні принципи.</p> <p>Вимоги до методів, що застосовуються в</p>	<p>Апанасенко Г.Л. Санологія (медичні аспекти валеології). Київ-Львів, 2011. 303 с.</p> <p>Бойчук Т. Основи діагностичних досліджень у фізичній реабілітації : навч. посіб. для студ. ВНЗ</p>

<p>процесі моніторингу здоров'я. Розподіл дітей за групами здоров'я, за рекомендаціями ВООЗ. Методи моніторингу морфо-функціонального розвитку дітей.</p>	<p>Луцьк. : ЗУКЦ, 2010. 240 с. Міхеєнко О.І. Валеологія: основи індивідуального здоров'я людини Суми: Університетська книга, 2010. 448 с. Функціональна діагностика : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / М.Ф. Хорошуха, В.П. Мурза, М. Пушкар. – К. : Університет «Україна», 2007. 308 с.</p>
<p>Практичне заняття (1 год.): Методи моніторингу стану серцево-судинної системи. Методи моніторингу стану дихальної системи. Особливості моніторингу психічного здоров'я, його складності. Моніторинг пізнавальної та емоційно-вольової сфер особистості. Моніторинг особистісних властивостей людини. Технологія моніторингу психічного здоров'я. Складання програми моніторингу психічного здоров'я для осіб різного віку. Скрінінг-тестування.</p>	<p>Круцевич Т.Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді : навчальний посібник / Т.Ю. Круцевич, М.І. Воробйов, Г.В. Безверхня. - Київ : Олімпійська література, 2011. 224 с. Баштовенко, О., Ярчук, Г. Теоретичне обґрунтування важливості і необхідності дослідження фізичного розвитку дітей та підлітків в Ізмайльському регіоні Науковий вісник ІДГУ Науковий вісник ІДГУ, 2020 Баштовенко О.А. Значення і роль методик самоконтролю у формуванні здоров'язберігаючої компетентності майбутніх фахівців фізичної культури// Традиції та інновації в сучасній педагогічній діяльності: Європейський вимір. Збірник наукових праць за матеріалами науково-педагогічної конференції. 2019. С.7-11.</p>
<p>Завдання для самостійної роботи: Пройти дистанційний курс на платформі за вибором: Prometheus, Edera, Coursera за тематикою заняття.</p>	<p>https://prometheus.org.ua/courses-catalog?q=%D0%BC%D0%BE%D0%BD%D1%96%D1%82%D0%BE%D1%80%D0%B8%D0%BD%D0%B3+%D0%B7%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%27%D1%8F</p>

Тема № 3 Адаптація та функціональні резерви організму людини.

Перелік питань/завдань, що виносяться на обговорення/опрацювання	Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси
<p>Лекція (- год.): Складові індивідуального здоров'я. Взаємозв'язок процесів здоров'я та адаптації. Поняття про адаптацію та фізіологічні резерви організму людини. Зв'язок організму з зовнішнім середовищем, регулювання його роботи</p>	<p>Апанасенко Г.Л. Санологія (медичні аспекти валеології). Київ-Львів, 2011. 303 с. Бойчук Т. Основи діагностичних досліджень у фізичній реабілітації : навч. посіб. для студ. ВНЗ Луцьк. : ЗУКЦ, 2010. 240 с. Міхеєнко О.І. Валеологія: основи індивідуального здоров'я людини Суми: Університетська книга, 2010. 448 с. Функціональна діагностика : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / М.Ф. Хорошуха, В.П. Мурза, М. Пушкар. – К. : Університет «Україна», 2007. 308 с.</p>
<p>Практичне заняття (1 год.): Складові індивідуального здоров'я. Взаємозв'язок процесів здоров'я та адаптації. Поняття про адаптацію та фізіологічні резерви організму людини. Зв'язок організму з зовнішнім середовищем, регулювання його роботи</p>	<p>Баштовенко, О. А., & Вовк, А. М. Значення біологічних знань для формування ноосферної свідомості майбутнього педагога. In The 6th International scientific and practical conference "Fundamental and applied research in the modern world"(January 20-22, 2021) BoScience Publisher,</p>

	Boston, USA. 2021. 992 p. (p. 340). Баштовенко О.А. Методики фізіологічних досліджень до практичного курсу фізіологічних основ фізичного виховання та спорту. Методичні рекомендації. - Ізмаїл. -2018. - 75 с.
Завдання для самостійної роботи: Пройти дистанційний курс на платформі за вибором: Prometheus, Edera, Coursera за тематикою заняття. Проаналізувати статтю та зробити анотацію статті Маракушин Д.І. Підготувати презентацію (15 слайдів): Фізіологічні резерви організму людини	Маракушин Д.І. Функціональні резерви організму як показник ефективності регуляторних процесів, що забезпечують адаптацію організму до дії факторів навколишнього середовища / https://jmbs.com.ua/pdf/5/1/jmbs0-2020-5-1-021.pdf

Тема № 4 Визначення біологічного віку людини та гіпотетичної тривалості життя.

Перелік питань/завдань, що виносяться на обговорення/опрацювання	Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси
Лекція (- год.): Очікувана тривалість життя як демографічний прогностичний показник. Вікові показники смертності для відповідного року народження людини. Регіональні відмінності у тривалості життя. Гомеорезис – схильність до підтримання біологічного процесу. «Біологічний вік» як показник загальної психофізичної дієздатності (повносправності) і життєздатності організму	Апанасенко Г.Л. Санологія (медичні аспекти валеології). Київ-Львів, 2011. 303 с. Богдановська Н.В. Діагностика і моніторинг стану здоров'я: підручник для студентів вищих навчальних закладів . Запоріжжя: ЗНУ, 2015. 264 с. Линець М.М. Витривалість, здоров'я, працездатність Львів, 1993. 132 с. Міхеєнко О.І. Валеологія: основи індивідуального здоров'я людини Суми: Університетська книга, 2010. 448 с.
Практичне заняття (1 год.): Очікувана тривалість життя як демографічний прогностичний показник. Вікові показники смертності для відповідного року народження людини. Регіональні відмінності у тривалості життя. Гомеорезис – схильність до підтримання біологічного процесу. «Біологічний вік» як показник загальної психофізичної дієздатності (повносправності) і життєздатності організму.	Бойчук Т. Основи діагностичних досліджень у фізичній реабілітації : навч. посіб. для студ. ВНЗ Луцьк. : ЗУКЦ, 2010. 240 с. Функціональна діагностика : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / М.Ф. Хорошуха, В.П. Мурза, М. Пушкар. – К. : Університет «Україна», 2007. 308 с. Фединяк Н., Мицкан Б., 2013 Біологічний вік і темп старіння людей різних вікових груп Молодіжний науковий вісник https://evnuir.vnu.edu.ua/bitstream/123456789/6670/1/10.pdf Бухинська Т.В., Корчан Н.О. Проблеми геронтології в сучасному ВДНЗУ «Українська медична стоматологічна академія», м. Полтава https://core.ac.uk/download/pdf/270126958.pdf
Завдання для самостійної роботи: Підготуйте презентацію обсягом 15 слайдів за темою: Гомеорез – траєкторія змін стану фізіологічних систем організму протягом життя.	

Тема № 5 Методи дослідження фізичного розвитку людини.

Перелік питань/завдань, що виносяться на обговорення/опрацювання	Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси
<p>Лекція (- год.): Методи дослідження фізичного розвитку, фізичної підготовленості та функціональних можливостей організму учнів. Функціональний стан і адаптація організму до фізичних навантажень. Несприятливі типи реакції : астенічний, дистонічний, гіпертонічний, і східчастий типи. Медичний контроль, педагогічний контроль і самоконтроль. Працездатність та її зміни.</p>	<p>Апанасенко Г.Л. Санологія (медичні аспекти валеології). Київ-Львів, 2011. 303 с. Бойчук Т. Основи діагностичних досліджень у фізичній реабілітації : навч. посіб. для студ. ВНЗ Луцьк. : ЗУКЦ, 2010. 240 с. Міхеєнко О.І. Валеологія: основи індивідуального здоров'я людини Суми: Університетська книга, 2010. 448 с. Функціональна діагностика : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / М.Ф. Хорошуха, В.П. Мурза, М. Пушкар. – К. : Університет «Україна», 2007. 308 с. Круцевич Т. Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді : навчальний посібник / Т. Ю. Круцевич, М. І. Воробйов, Г. В. Безверхня. - Київ : Олімпійська література, 2011. 224 с. Мурза В.П. Методи функціональних досліджень у фізичній реабілітації та спортивній медицині: навчальний посібник для вищих навчальних закладів К.: Університет «Україна», 2001. – 96 с.</p>
<p>Практичне заняття (1 год.): Визначення складових фізичного розвитку та його показників. Обґрунтування ролі фізичного розвитку у функціональному стані організму Обґрунтування ролі контролю та самоконтролю учнів для підтримання належного фізичного розвитку. Визначте основні складові. Складові (розділи) щоденника самоконтролю здоров'я учня</p>	<p>Бойчук Т. Основи діагностичних досліджень у фізичній реабілітації : навч. посіб. для студ. ВНЗ Луцьк. : ЗУКЦ, 2010. 240 с. Круцевич Т. Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді : навчальний посібник / Т. Ю. Круцевич, М. І. Воробйов, Г. В. Безверхня. - Київ : Олімпійська література, 2011. 224 с. Мурза В.П. Методи функціональних досліджень у фізичній реабілітації та спортивній медицині: навчальний посібник для вищих навчальних закладів К.: Університет «Україна», 2001. 96 с.</p>
<p>Завдання для самостійної роботи: Підготуйте реферат обсягом 5-10 стор. за темою: Оздоровче тренування дітей і підлітків як фактор формування фізіологічних резервів Раціональний розподіл дня та його значення для учня.</p>	<p>Грибан В.Г. Валеологія: [підручник] / В.Г. Грибан.- К.:Центр учбової літератури, 2008. 214 с. Іващук Л.Ю. Валеологія. [Навчальний посібник. Тернопіль: Навчальна книга-Богдан, 2010. 400 с.</p>

Тема № 6 Оцінка основних властивостей нервової системи.

Перелік питань/завдань, що виносяться на обговорення/опрацювання	Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси
<p>Лекція (- год.): Дослідження центральної та вегетативної нервової системи. Дослідження стану аналізаторів. Дослідження м'язового та пропріоцептивного відчуття. Оцінка функціональної асиметрії. Метод електроенцефалографії. Апаратура для проведення ЕЕГ. Діагностична цінність методу ЕЕГ</p>	<p>Бойчук Т. Основи діагностичних досліджень у фізичній реабілітації : навч. посіб. для студ. ВНЗ Луцьк. : ЗУКЦ, 2010. 240 с. Круцевич Т.Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді : навчальний посібник / Т.Ю. Круцевич, М. І. Воробйов, Г. В. Безверхня. - Київ : Олімпійська література, 2011. 224 с. Мурза В.П. Методи функціональних досліджень у фізичній реабілітації та спортивній медицині: навчальний посібник для вищих навчальних закладів К.: Університет «Україна», 2001. 96 с.</p>
<p>Практичне заняття (- год.): Обґрунтування значення нервової системи у підтриманні функціонального стану організму людини. Основні характеристики нервових процесів Основні методи дослідження нервової системи Визначення вегетативного тону за коефіцієнтом Хильденбранта. Опишіть виконання Визначення вегетативний індекс Кердо. Опишіть виконання. Виконання ортостатичної проби, методика та результат. Виконання кліностатичної проби, методика та результат.</p>	<p>Міхеєнко О.І. Валеологія: основи індивідуального здоров'я людини Суми: Університетська книга, 2010. 448 с. Хорошуха М.Ф. Основи здоров'я: [Навчальний посібник для студ. вищ. навч. закл.] К.: НПУ імені М.П.Драгоманова, 2009. 372 с. Круцевич Т.Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді : навчальний посібник / Т.Ю. Круцевич, М.І. Воробйов, Г.В. Безверхня. - Київ : Олімпійська література, 2011. 224 с.</p>

Тема № 7 Методи функціональної діагностики вищої нервової діяльності.

Перелік питань/завдань, що виносяться на обговорення/опрацювання	Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси
<p>Лекція (- год.): Сукупність властивостей нервової системи, що визначають характер взаємодії організму з навколишнім середовищем і складають фізіологічну основу індивідуальної діяльності людини. Визначення типу вищої нервової діяльності. Пам'ять, як складова психофізіологічних параметрів. Дослідження уваги та динаміки розумової працездатності.</p>	<p>Апанасенко Г.Л. Санологія (медичні аспекти валеології) . Київ-Львів, 2011. 303 с. Грищенко С., Бесіда Н., Слободяник В., Куліша-Любінець М., Баштовенко О. та Трифонова О. Нейропсихологічні технології здоров'я. BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience, 2022. 13 (3), 166-180. Богдановська Н.В. Діагностика і моніторинг стану здоров'я: підручник для студентів вищих навчальних закладів. Запоріжжя: ЗНУ, 2015. 264 с.</p>
<p>Практичне заняття (1 год): Визначення власного типу вищої нервової діяльності, характерні риси, та суміжні з іншими типами. Проведення тесту з визначення короткочасної пам'яті за методикою Джекобсона</p>	<p>Бойчук Т. Основи діагностичних досліджень у фізичній реабілітації : навч. посіб. для студ. ВНЗ Луцьк. : ЗУКЦ, 2010. 240 с. Горго Ю.П. Оцінка та керування функціональними робочими станами людин: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Запоріжжя: ЗНУ, 2006. 135</p>

Методика визначення уваги. Опишіть методику і результат.	с.
Завдання для самостійної роботи: Підготувати реферат обсягом 10 -15 стор. за темами: Стан здоров'я дитячого населення та його показники Шкідливі звички – руйнівачі тренуваності Пройти дистанційний курс на платформі за вибором: Prometheus, Edera, Coursera за тематикою заняття.	Щорічна доповідь про стан здоров'я населення України https://library.gov.ua/shhorichna-dopovid-pro-stan-zdorov-ya-naselelnya-sanitarno-epidemichnu-sytuatsiyu-ta-rezultaty-diyalnosti-systemy-ohorony-zdorov-ya-ukrayiny-2017-rik/

Тема № 8 Дослідження функціонального стану системи зовнішнього дихання.

Перелік питань/завдань, що виносяться на обговорення/опрацювання	Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси
Лекція (- год.): Роль дихальної системи в пристосуванні організму до різних видів фізичних навантажень, формуванні найбільш адекватної реакції на різного роду дії. Методи спірометрії, спірографії, пневмотахометрії, оксигеметрії, методи газового аналізу, ряд методик щодо визначення інтегральних параметрів системи зовнішнього дихання, а також функціональні проби. Розрахункові методи визначення показників системи зовнішнього дихання. Функціональне тестування системи зовнішнього дихання	Апанасенко Г.Л. Санологія (медичні аспекти валеології). Київ-Львів, 2011. 303 с. Богдановська Н.В. Діагностика і моніторинг стану здоров'я: підручник для студентів вищих навчальних закладів. Запоріжжя: ЗНУ, 2015. 264 с. Бойчук Т. Основи діагностичних досліджень у фізичній реабілітації : навч. посіб. для студ. ВНЗ Луцьк.: ЗУКЦ, 2010. 240 с. Горго Ю.П. Оцінка та керування функціональними робочими станами людини: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Запоріжжя: ЗНУ, 2006. 135 с.
Практичне заняття (1 год.): Характеристика дихальних об'ємів. Традиційні методи визначення показників системи зовнішнього дихання Розрахункові методи визначення показників системи зовнішнього дихання Методика та проведення визначення Індексу гіпоксії. Проведення функціональних гіпоксичних проб із затримкою дихання на вдиху (проба Штанге) і на видиху (проба Генчі). Проаналізуйте результат. Методику виконання комбінованої проби Серкіна	Круцевич Т.Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді : навчальний посібник / Т.Ю. Круцевич, М.І. Воробйов, Г.В. Безверхня. - Київ : Олімпійська література, 2011. 224 с.
Завдання для самостійної роботи: Підготувати доповідь на 5-8 хв.: Роль повітря у життєдіяльності людини Негативні фактори повітря та їх вплив на організм людини	https://wiki.legalaid.gov.ua/index.php/%D0%97%D0%B0%D0%B1%D1%80%D1%83%D0%B4%D0%BD%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D1%8F.%D0%9A%D0%BB%D0%B0%D1%81%D0%B8%D1%84%D1%96%D0%BA%D0%B0%D1%86%D1%96%D1%8F.%D0%B7%D0%B0%D0%B1%D1%80%D1%83%D0%B4%D0%BD%D0%B5%D0%BD%D1%8C%D0%B4%D0%BE%D0%B2%D0%BA%D1%96%D0%BB%D0%BB%D1%8F

Тема № 9 Методи дослідження системи кровообігу.

Перелік питань/завдань, що виносяться на обговорення/опрацювання	Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси
Лекція (- год.): Вимір частоти серцевих скорочень та артеріального тиску. Розрахункові показники системи кровообігу. Функціональна оцінка серцево судинної системи. Типи реакцій кровообігу на функціональне навантаження. Інструментальні методи дослідження системи кровообігу. Теоретичні основи стандартної електрокардіографії. Теоретичні основи методу аускультативної та фонокардіографії.	Амосов Н.М. Сердце и физические упражнения. – 2-е изд., перераб. и доп. К.: Здоров'я, 1985. – 80 с. Апанасенко Г.Л. Санологія (медичні аспекти валеології). Київ-Львів, 2011. 303 с. Богдановська Н.В. Діагностика і моніторинг стану здоров'я: підручник для студентів вищих навчальних закладів. Запоріжжя: ЗНУ, 2015. 264 с. Бойчук Т. Основи діагностичних досліджень у фізичній реабілітації : навч. посіб. для студ. ВНЗ Луцьк. : ЗУКЦ, 2010. 240 с. Баштовенко О.А. Методики фізіологічних досліджень до практичного курсу фізіологічних основ фізичного виховання та спорту. Методичні рекомендації. - Ізмаїл. -2018. - 75 с. Круцевич Т.Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді : навчальний посібник / Т.Ю. Круцевич, М.І. Воробйов, Г.В. Безверхня. - Київ : Олімпійська література, 2011. 224 с. Мурза В.П. Методи функціональних досліджень у фізичній реабілітації та спортивній медицині: навчальний посібник для вищих навчальних закладів К.: Університет «Україна», 2001. 96 с.
Практичне заняття (- год.): Характеристика основних показників функціонування серцево-судинної системи Характеристика електрокардіографії, як метод визначення електричної активності серця Характеристика явища екстрасистолії. Характеристика методу реографії та його значення. Характеристика методу сфігмографії та його значення.	
Завдання для самостійної роботи: Підготувати доповідь на 5-8 хв.: Захворювання системи кровообігу у дітей Гемодинаміка та її основні показники Пройти дистанційний курс на платформі за вибором: Prometheus, Edera, Coursera за тематикою заняття.	Щорічна доповідь про стан здоров'я населення України https://library.gov.ua/shhorichna-dopovid-pro-stan-zdorov-ya-naselelnya-sanitarno-epidemichnu-sytuatsiyu-ta-rezultaty-diyalnosti-systemy-ohorony-zdorov-ya-ukrayiny-2017-rik/

Тема № 10 Дослідження опорно-рухового апарату.

Перелік питань/завдань, що виносяться на обговорення/опрацювання	Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси
Лекція (- год.): Загальні аспекти морфофункціонального обстеження опорно-рухового апарату. Методи антропометричних досліджень. Теоретичні основи діагностики викривлення хребта. Причини розвитку сколіозу. Види сколіозу за формою і локалізацією. Ступені сколіозу. Тестові рухи, тестові позиції. Клінічна діагностика сколіотичних викривлень. Рентген діагностика.	Апанасенко Г.Л. Санологія (медичні аспекти валеології). Київ-Львів, 2011. 303 с. Богдановська Н.В. Діагностика і моніторинг стану здоров'я: підручник для студентів вищих навчальних закладів . Запоріжжя: ЗНУ, 2015. 264 с. Іващук Л.Ю. Валеологія. [Навчальний посібник. Тернопіль: Навчальна книга-Богдан, 2010. 400 с. Круцевич Т.Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді : навчальний посібник / Т.Ю. Круцевич, М. І. Воробйов, Г.В. Безверхня. - Київ : Олімпійська література, 2011. 224 с.

<p>Практичне заняття (1 год.):</p> <p>Охарактеризуйте основні складові зовнішнього огляду тіла та методики їх визначення.</p> <p>Методи антропометрії та соматоскопії</p> <p>Визначення власної постави, обґрунтування.</p> <p>Визначення стану склепіння стопи.</p> <p>Здійснення власних антропометричних вимірів (Довжину тіла (стоячи і сидячи), Масу тіла, Окружність грудної клітки та її екскурсію) та опишіть методику їх виконання.</p> <p>Проведення обстеження з групою учнів (10 чол.) та порівняння результатів за віковими та гендерними ознаками.</p>	<p>Баштовенко О.А. Методики фізіологічних досліджень до практичного курсу фізіологічних основ фізичного виховання та спорту. Методичні рекомендації. - Ізмаїл. -2018. 75 с.</p> <p>Бойчук Т. Основи діагностичних досліджень у фізичній реабілітації : навч. посіб. для студ. ВНЗ Луцьк. : ЗУКЦ, 2010. 240 с.</p>
<p>Завдання для самостійної роботи:</p> <p><i>Підготувати реферат.:</i></p> <p>Аналіз захворювання системи опорно-рухового апарату</p> <p>Проаналізувати захворювання системи опорно-рухового апарату за регіонами України</p> <p>Підготувати реферативне повідомлення на тему «Критерії оцінки ефективності загартовуючих процедур учнів старших класів».</p>	<p>Щорічна доповідь про стан здоров'я населення України https://library.gov.ua/shhorichna-dopovid-pro-stan-zdorov-ya-naseleण्या-sanitarno-epidemicnu-sytuatsiyu-ta-rezultaty-diyalnosti-systemy-ohorony-zdorov-ya-ukrayiny-2017-rik/</p>

Тема № 11 Функціональний стан організму та його діагностика.

Перелік питань/завдань, що виносяться на обговорення/опрацювання	Рекомендовані джерела, допоміжні матеріали та ресурси
<p>Практичне заняття (1 год.):</p> <p>Визначення функціонального стану організму. Виокремлення його складових.</p> <p>Визначення факторів впливу на функціональний стан організму людини.</p> <p>Визначення фізіологічних резервів організму, їх значення.</p> <p>Визначення свого біологічного віку відповідно до запропонованих тестових завдань (Лекція 11) 2-3 завдання.</p> <p>Дайте визначення функціональної діагностики і її складових</p> <p>Метод інтегральної оцінки фізичного здоров'я В.А. Шаповалової.</p> <p>Метод - експрес-оцінка рівня фізичного здоров'я за Г.Л. Апанасенко</p> <p>Метод - оцінка рівня фізичного здоров'я за В.С. Язловецьким і В.А. Іванченком</p>	<p>Шиян Б.М. Теорія і методика педагогічних досліджень у фізичному вихованні та спорті : навч. посіб. Тернопіль: Навч. кн. – Богдан, 2008. 276 с.</p> <p>Міхеєнко О.І. Валеологія: основи індивідуального здоров'я людини Суми: Університетська книга, 2010. 448 с.</p> <p>Маліков М.В. Функціональна діагностика у фізичному вихованні і спорті: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів Запоріжжя: ЗДУ, 2006. 227 с.</p> <p>Мурза В.П. Методи функціональних досліджень у фізичній реабілітації та спортивній медицині: навчальний посібник для вищих навчальних закладів К.: Університет «Україна», 2001. 96 с.</p>
<p>Завдання для самостійної роботи:</p> <p>Підготувати Microsoft PowerPoint-презентацію на тему «Методика гігієнічної оцінки місць проведення занять».</p> <p>Підготувати доповідь на тему «Гігієнічні</p>	<p>Баштовенко О.А. Визначення фізичного розвитку – складової здоров'язбереження. Молодь і ринок.-2019. №2(169). С.123-129.</p> <p>Баштовенко О.А. Моніторинг самопочуття студентів для визначення ролі фізичної</p>

<p>основи режиму дня різних вікових груп школярів».</p> <p>Розробити методику антропометричних обстежень школярів початкових класів.</p>	<p>культури в адаптації до учбового процесу. Молодь і ринок, 2017. №2(145). С.78-82.</p> <p>Баштовенко О., Ярчук Г. Теоретичне обґрунтування важливості і необхідності дослідження фізичного розвитку дітей та підлітків в Ізмайльському регіоні Науковий вісник ІДГУ Науковий вісник ІДГУ, 2020.</p> <p>Стельмахівська В.П. Етапи становлення шкільної гігієни в Україні в період реорганізації системи освіти (історія, шляхи розвитку, проблеми, досягнення) / Науковий вісник Ужгородського університету, серія „Медицина”, вип. 37, 2009.</p> <p>https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/bitstream/lib/1209/1/1/%D0%95%D1%82%D0%B0%D0%BF%D0%B8%20%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D1%8F%20%D1%88%D0%BA%D1%96%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D1%97%20%D0%B3%D1%96%D0%B3%D1%96%D1%94%D0%BD%D0%B8%20%D0%B2%20%D0%A3%D0%BA%D1%80%D0%B0%D1%97%D0%BD%D1%96.pdf</p> <p>https://subject.com.ua/valeology/valecka/15.html</p>
--	--

Політика курсу

Студенти обов'язково відвідують навчальні заняття відповідно до розкладу занять. Пропуски занять з поважних причин, що підтверджені 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 заслугоує негативної оцінки.

Форма проміжного контролю

Модульна контрольна робота проводиться у письмовій формі.

Зразок модульної контрольної роботи

1. Дайте визначення поняття «функціональний стан людини».
2. Опишіть метод інтегральної оцінки фізичного здоров'я В.А. Шаповалової.

Форма підсумкового контролю: залік

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)

Підсумкова оцінка виставляється за результатами поточного та проміжного контролю. Під час поточного контролю оцінюються відповіді студента на практичних 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».

1.2 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 запропонованого тематичного завдання	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.

Викладач



Баштовенко О.А.

Затверджено на засіданні кафедри фізичного виховання, спорту та здоров'я людини протокол №12 від «29» червня 2023 року

Завідувач кафедри



Баштовенко О.А.