



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 контролю: залік

Освітній ступінь: бакалавр

Для спеціальності (-тей): для всіх спеціальностей

Обмеження для вибору: відсутні

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

Мова викладання: українська

Презентаційні матеріали:



2. Інформація про викладача

ПІБ: Баштовенко Оксана Анатоліївна

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

Кафедра: фізичного виховання, спорту та здоров'я людини

Робочій e-mail: osiabasht@gmail.com

Години консультацій на кафедрі: п'ятниця 16.00-17.00

3. Цілі дисципліни та результати навчання

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

Мета дисципліни 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».

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.

4. Зміст дисципліни

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

Тема № 2 Здоров'я та хвороба. Визначення, поняття

Тема № 3 Основні складові здоров'я

Тема № 4 Характеристика різних видів моніторингу здоров'я: тестування, анкетування, опитування

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

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

Тема № 7 Профілактика інфекцій, що передаються статевим шляхом

Тема № 8 Соціальна складова здоров'я.

Тема № 9 Наркоманія, алкоголізм як соціальна небезпека

Тема № 10 Здоровий спосіб життя. Особливості формування

Тема № 11 Основи довголіття. Геронтологія.

Тема № 12 Гігієна здоров'я

5. Політика курсу

Відвідування навчальних занять

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»).

Академічна доброчесність

Студенти мають дотримуватися правил академічної доброчесності відповідно до «Кодексу академічної доброчесності та корпоративної етики ІДГУ». Наявність академічного плагіату в студентських доповідях є підставою для виставлення негативної оцінки. Списування студентів під час проведення модульної контрольної роботи є підставою для дострокового припинення її складання та виставлення негативної оцінки.

	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.

Критерії оцінювання завдань самостійної роботи

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.

Вид	Максимальна кількість балів
Презентація оздоровчої системи або заходу	5

Конспект тем для самостійного опрацювання	5
Реферат	5

Критерії оцінювання модульної контрольної роботи

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

За умови тестової форми роботи, максимальна кількість балів за відповідь на 1 тестове питання складає 1 бал. Мінімальна кількість балів – 16. Критеріями оцінювання є правильна відповідь.

Критерії оцінювання під час підсумкового контролю

Підсумкова оцінка виставляється за результатами поточного та проміжного контролю.

7. Основна література та інформаційні ресурси

1. Андріученко Т., Вакуленко О., Волков В., Дзюба Н., Коляда В., Комарова Н., Пеша І., Тілікіна Н., 2018. Формування здорового способу життя. Навчально-методичні рекомендації . К.: ДУ «Державний інститут сімейної та молодіжної політики», [online] Доступно: http://dsmsu.gov.ua/media/2018/10/10/50/metodichka_ZOJ_A4.pdf
2. 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_osnova_my_hihiieny_ta_fizychnoi_kultury/
3. Астров Г. С., Ляшенко В. П., Кофан Т. В. та ін. Особливості формування психофізіологічної організації в залежності від спрямованості навчання . Педагогіка, психологія та медико–біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: зб. наук. праць ХДАДМ (ХХПІ). Х., 2006. Вип. 9. 394с.
4. Баштовенко О.А. Визначення фізичного розвитку – складової здоров'язбереження. Молодь і ринок.2019. №2(169). С.123-129. <http://mir.dspu.edu.ua/article/view/163117>
5. 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.
6. 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.
7. Баштовенко О.А. Екологічний та здоров'язбережувальний складники освіти. Екологічні науки : науково-практичний журнал. К: ДЕА, 2020. №3(30).296с. С.197-202
8. 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.
9. Бойченко Т.Є. Освітні програми формування здорового способу життя молоді. К.: Укр. ін-т соціальних досліджень, 2005. 120 с.

10. Валецька Р.О., 2008. Основи медичних знань. Луцьк: Волинськ обл. друкарня, [online] Доступно: <https://studfiles.net/preview/2412960/>
11. Волкова І.В. Поняття «здоров'язберігаючі технології» та їх класифікації. Х., 2008. Інтернет ресурс. http://edu-post-diploma.kharkov.ua/index.php?option=com_content&task=view&id=712
12. Духовний Л. Ф. Здоров'язберегаючі навчальні заняття з фізичного виховання з допрофільною й професійною спрямованості в загальноосвітніх школах і профтехучилищах України. Міжгалуз. регіон. наук.-практ. конф. «Здоров'я через освіту»: матеріали конф. Донецьк: Каштан, 2009. Том 1.
13. Єжова О.О. Формування ціннісного ставлення до здоров'я в учнів професійно-технічних навчальних закладів: монографія. Суми: Вид-во «МакДен», 2011. 412 с.
14. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження : колективна монографія / за заг. ред. проф. Ю. Д. Бойчука. 2017. Харків: Вид. Рожко С. Г., 488 с.
15. Здоровий спосіб життя [Електронний ресурс] : курс уроков. Режим доступа: <http://4brain.ru/zozh/pitanie.php>.
16. Зубар Н.М. Основи фізіології та гігієни харчування: Підручник. К.: Центр учбової літератури, 2010. 336 с
17. Олександр Михеєнко Загальна теорія здоров'я. Навчальний посібник. Вид. Університетська книга. 2017. 156 с.
18. Смірнов С. М. 2000. Біологічні ритми і наше здоров'я. М. 230 с.
19. 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. Свєртнєв, І. В. Тараненко, С. Б. Фурдуй, Г. В. Ярчук ; за заг. ред. С. Б. Фурдуй. Ізмаїл: ІДГУ, Полтава: ПНПУ імені В.Г. Короленка, 2019. 220 с
20. Цимбал Н.М., 2000. Методи зміцнення фізичного здоров'я. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, [online] Доступно: <https://bohdan-books.com/upload/iblock/d13/d134f03910045660c9b6e40deb8e8950.pdf>

Затверджено на засіданні кафедри фізичного виховання, спорту та здоров'я людини
від 09 січня 2024 р., протокол № 5