



Викладач курсу
Контактна інформація
викладача (e-mail)
Сторінка курсу в eLearn

СИЛАБУС ДИСЦИПЛІНИ «Теоретичні основи здоров'я»

Ступінь вищої освіти - Бакалавр
Спеціальність – **017 Фізична культура і спорт**
Освітньо-професійна програма – Фізична культура і спорт
Рік навчання - 1, семестр 2
Форма навчання - денна
Кількість кредитів ЄКТС - 4
Мова викладання - українська

Путров Сергій Юрійович
067-900-96-66
sergiy_putrov@ukr.net

ОПИС ДИСЦИПЛІНИ

Мета дисципліни полягає у розширенні уявлення студентів щодо основ здоров'я, як навчальної дисципліни; у формуванні в студентів цілісного уявлення щодо рівнів, чинників та факторів здоров'я; огляд проблеми людини та її здоров'я в сучасному суспільстві; у визначенні сучасних шляхів здоров'язбереження.

Завданнями вивчення дисципліни є:

- визначити основні поняття теорії здоров'я;
- ознайомити студентів з історичними поглядами на проблему здоров'я людини;
- розкрити питання щодо формування поглядів на здоров'я людини в епоху середньовіччя та нового часу;
- охарактеризувати сучасний підхід до здоров'я людини;
- визначити рівні та чинники здоров'я;
- розкрити фактори, що впливають на здоров'я людини;
- охарактеризувати наркоманію та алкоголізм, як медико-соціальні проблеми;
- надати студентам знання щодо венеричних захворювань та їх наслідків;
- розкрити стратегії здоров'язбереження в освітній теорії та практиці України й західноєвропейських країн і США.

Основні результати навчання та набуття компетентності, які вони формують:

• **Інтегральна компетентність**

Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів наук з фізичного виховання і спорту, та характеризується комплексністю та невизначеністю умов.

• **Загальні компетентності (ЗК)**

ЗК1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.

ЗК4. Здатність працювати в команді.

ЗК9. Навички міжособистісної взаємодії.

• **Фахові (спеціальні) компетентності (СК):**

СК1. Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості.

СК3. Здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення.

СК5. Здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя.

СК14. Здатність до безперервного професійного розвитку.

• **Результати навчання (РН):**

РН5. Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.

PH10. Оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми кондиційного тренування, організувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи.

PH13. Використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості.

PH18. Аналізувати психічні процеси, стани та властивості людини під час занять фізичною культурою і спортом.

СТРУКТУРА КУРСУ

Модулі	Теми	Результати навчання	Завдання	Оцінювання
Модуль 1. Загальна теорія здоров'я як навчальна дисципліна.	Тема 1.1. Основні поняття загальної теорії здоров'я	<i>Знати:</i> визначення поняття «здоров'я»; визначення поняття «хвороба»; класифікація хвороб; визначення поняття «культура здоров'я»;	Підготовка до практичного заняття	Відповіді студентів на практичному занятті
	Тема 1.2. Історичні погляди на проблему здоров'я людини	цілі виховання культури здоров'я майбутніх фахівців з фізичної культури і спорту	Підготовка до практичного заняття	Відповіді студентів на практичному занятті
	Тема 1.3. Формування поглядів на здоров'я людини в епоху середньовіччя та Нового часу	<i>Вміти:</i> володіти знаннями щодо античних поглядів і поглядів в епоху середньовіччя та нового часу на здоров'я людини.	Підготовка до практичного заняття	Відповіді студентів на практичному занятті
	Тема 1.4. Українська історична спадщина щодо збереження здоров'я	<i>Знати:</i> поняття рівнів здоров'я; поняття чинників здоров'я; структуру здорового способу життя людини. <i>Вміти:</i> складати власні тестові завдання з дисципліни «Загальна теорія здоров'я».	Підготовка до практичного заняття	Відповіді студентів на практичному занятті
	Тема 1.5. Сучасний підхід до здоров'я людини	<i>Знати:</i> про вплив соціальних факторів на здоров'я людини. <i>Вміти:</i> аналізувати соціальні фактори в контексті громадського здоров'я.	Підготовка до практичного заняття та Модульного контролю	Модульна контрольна робота
Модуль 2. Аналіз рівнів, і чинників здоров'я	Тема 2.1. Поняття рівнів і чинників здоров'я	<i>Знати:</i> поширення тютюнопаління; наслідки паління;	Підготовка до практичного заняття	Відповіді студентів на практичному занятті
	Тема 2.2. Характеристика факторів, що впливають на здоров'я людини	профілактика тютюнопаління; фактори, що впливають на формування наркотичної залежності; напрямки соціальної роботи з профілактики наркоманії серед підлітків;	Підготовка до практичного заняття	Відповіді студентів на практичному занятті
	Тема 2.3. Соціальні детермінанти здоров'я	проблеми зловживання алкогольних напоїв. <i>Вміти:</i> охарактеризувати	Підготовка до практичного заняття та Модульного контролю	Модульна контрольна робота

Модуль 3. Людина і її здоров'я в сучасному суспільстві	Тема 3.1. Паління, як соціальна проблема.	венеричні захворювання та їх наслідки. <i>Знати:</i> сучасні підходи до харчування та їх вплив на фізичне здоров'я.	Підготовка до практичного заняття	Відповіді студентів на практичному занятті
	Тема 3.2. Наркоманія та алкоголізм, як медико-соціальні проблеми.	<i>Знати:</i> сучасні підходи до харчування та їх вплив на фізичне здоров'я. Розуміння концепції збалансованого харчування та необхідності всіх поживних речовин для здоров'я.	Підготовка до практичного заняття	Відповіді студентів на практичному занятті
	Тема 3.3. Венеричні захворювання та їх наслідки.	<i>Вміти:</i> аналізувати ефекти вживання різних продуктів та швидкість їхнього перетравлення. Використовувати можливі підходи до харчування для людей із харчовими обмеженнями.	Підготовка до практичного заняття	Відповіді студентів на практичному занятті
	Тема 3.4. Сучасні тенденції харчування та їх вплив на фізичне здоров'я	<i>Знати:</i> основи новітніх технологій та їхнього впливу на збереження та покращення здоров'я.	Підготовка до практичного заняття та Модульного контролю	Модульна контрольна робота
Модуль 4. Сучасні шляхи здоров'язбереження	Тема 4.1. Здоров'язбереження, як процес, що сприяє досягненню збереження здоров'я людини.	<i>Вміти:</i> аналізувати можливості та обмеження інноваційних технологій для здоров'язбереження.	Підготовка до практичного заняття	Відповіді студентів на практичному занятті
	Тема 4.2. Інноваційні технології в здоров'язбереженні	<i>Знати:</i> Сучасні шляхи збереження здоров'я учнів у загальноосвітніх навчальних закладах України, західноєвропейських країн та США.	Підготовка до практичного заняття	Відповіді студентів на практичному занятті
	Тема 4.3. Аналіз стратегій здоров'язбереження в освітній теорії та практиці західноєвропейських країн і США.	<i>Вміти:</i> здійснювати пошук літературних джерел у тематичному бібліографічному каталозі, скласти список літературних джерел, використаних для написання аналітичних матеріалів.	Підготовка до практичного заняття та Модульного контролю	Модульна контрольна робота

УТВОРЕННЯ ОЦІНКИ ЗА КУРС

Оцінка за курс утворюється з оцінки навчальної роботи, що складає 70% ваги, та оцінки за підсумкову атестацію (залік), що складає 30% ваги.

Розподіл балів, які формують підсумкову оцінку студента з дисципліни

Види діяльності	К-ть балів
Змістовний модуль 1	100
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 1	10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 2	10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 3	10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 4	10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 5	10

Наявність конспектів за темами самостійної роботи	20
Модульна контрольна робота. Написання есе на 3 контрольні питання за тематикою змістовного модуля	30
Змістовий модуль 2	100
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 6	10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 7	10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 8	10
Наявність конспектів за темами самостійної роботи	30
Модульна контрольна робота. Написання есе на 4 контрольні питання за тематикою змістовного модуля	40
Змістовий модуль 3	100
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 9	10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 10	10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 11	10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 12	10
Наявність конспектів за темами самостійної роботи	20
Модульна контрольна робота. Написання есе на 4 контрольні питання за тематикою змістовного модуля	40
Змістовий модуль 4	100
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 13	10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 14	10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 15	10
Наявність конспектів за темами самостійної роботи	30
Модульна контрольна робота. Написання есе на 4 контрольні питання за тематикою змістовного модуля	40
Всього за види діяльності (Рейтинг навчальної роботи - Рн.р.)	70
Екзамен (Рейтинг підсумкової атестації – Рат.)	30
Рейтингова оцінка навчальної дисципліни – Рн.д.	100

Шкала оцінювання студентів

Рейтинг здобувача вищої освіти, бали	Оцінка національна за результати складання екзаменів заліків	
	екзаменів	заліків
90-100	відмінно	зараховано
74-89	добре	
60-73	задовільно	
0-59	незадовільно	не зараховано

Політика оцінювання

Політика щодо дедлайнів та перескладання:	Презентації, тестові завдання, доповіді, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку. Перескладання модулів відбувається із дозволу викладача за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний).
Політика щодо академічної доброчесності:	Презентації, тестові завдання, доповіді повинні бути оформлені згідно зразку та мати коректні текстові посилання на використану літературу
Політика щодо відвідування:	Відвідування занять є обов'язковим. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, міжнародне стажування) навчання може відбуватись індивідуально (в он-лайн формі за погодженням із деканом факультету)

Рекомендовані джерела інформації

Основні:

1. Діагностика та моніторинг стану здоров'я людини / уклад. : Г. Ф. Пономарьова, О. В. Молчанюк, В. А. Тетьоркіна, О. О. Дехтярьова ; КЗ «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» ХОР. Харків, 2020. 136 с.
2. Коцур Н. І., Товкун Л. П., Миздренко О. М. Валеологія: Навчально-методичний посібник для студентів спеціальності 014.11. Середня освіта (фізична культура). Переяслав (Київ.обл.): Домбровська Я. М., 2020. 164 с.
3. Полушкін П. М. Посібник до вивчення курсу «Вікова фізіологія та валеологія людини» / П. М. Полушкін. Д.: ДНУ, 2015. 138 с.
4. Путров С. Біосоціальні технології у контексті здоров'я людини : монографія / С. Путров; Мін-во освіти і науки України, Нац. пед. ун-т імені М.П. Драгоманова. Київ : Видво НПУ імені М. П. Драгоманова, 2014. 554 с.
5. Рибалко, Л. М. Загальна теорія здоров'я: конспект лекцій для студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». *Полтава: ПолтНТУ*, 2019, 150.
6. Тимофієва М.П., Слободська О.В. Психологія здоров'я: Підручник. Київ: МЕДПРИНТ. 2022, 600 с
7. Формування здорового способу життя: навчальний посібник для слухачів курсів підвищення кваліфікації державних службовців / О.Яременко, О.Вакуленко, Л.Жаліло, Н.Комарова. К.: Український інститут соціальних досліджень, 2000. 232 с.

Додаткові:

1. Brannon L., Feist J. Health psychology : an introduction to behavior and health. 7th ed: Australia ; United States : Wadsworth, Cengage Learning Publ., 2010. 570 p.
2. Donatelle R. J., Davis L. G. Acces to Health. New York, 1995. 708 p.
3. Edelstein S. Nutrition in public health : a handbook for developing programs and services. 3rd ed. Sudbury, MA : Jones & Bartlett Learning Publ., 2011. 424 p.
4. Gillam S., Yates J., Badrinath P. Essential public health : theory and practice. Cambridge ; New York : Cambridge University Press, 2007. 335 p.
5. Башавець Н. А. Молодь в освітніх здоров'язбережувальних інноваціях / Н. А. Башавець // Педагогічні науки. Освітні інновації: збірник наукових праць. – Ч. 1. Суми : СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2008. С. 13-20.
6. Белікова Н. О. Термінологія напряму підготовки «Здоров'я людини»: [навчальний посібник] / Н. О. Белікова, Л. П. Сущенко. К. : ТОВ «Козарі», 2009. 182 с.
7. Вайнер Е. Н. Формування здоров'язбережувального середовища в системі загальної освіти / Е. Н. Вайнер // Валеологія. 2004. № 1. С. 21-26 Сущенко Л.П. Здоровий спосіб життя людини. Довідкові матеріали. Запоріжжя: ЗДУ, 1999. 324 с.
8. Валеологія: Навчально-метод. матеріал для викладачів та студ. вищих навч. закл. / Відкритий міжнародний ун-т розвитку людини «Україна». Вінницьке територіальне представництво / Л. С. Лойко (уклад.). К., 2001. 88 с.
9. Воскобойнікова Г. Л. Здоров'язбереження учасників педагогічного процесу професійної підготовки майбутніх педагогів галузі фізичного виховання, спорту і здоров'я людини / Г. Л. Воскобойнікова // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Сер.: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. 2013. Вип. 112(3). С. 126-128.
10. Давидюк Г. М. Цікава валеологія / Г. М. Давидюк. Луцьк: Твердиня, 2008. 132 с.
11. Кисельова, О.І. Система охорони здоров'я: загальний огляд [Текст] / О.І. Кисельова К.О. Надточій // Правові горизонти. 2020. Вип. 25 (38). С. 25-33
12. Коцур Н. Формування здоров'язбережувального простору в загальноосвітніх навчальних закладах / Н. Коцур // Рідна школа, 2012. № 11. С. 60-65.

13. Мацьопа Р. Л. Педагогічна валеологія (Модульний курс): [навч.-метод. посіб.] / Р. Л. Мацьопа [та ін.] ; Чернівецький національний ун-т ім. Юрія Федьковича. Чернівці : Рута, 2008. 200 с.

Формування здорового способу життя: навчальний посібник для слухачів курсів підвищення кваліфікації державних службовців / О.Яременко, О.Вакуленко, Л.Жаліло, Н.Комарова. К.: Український інститут соціальних досліджень, 2000. 232 с.