

Тернопільська обласна рада
Управління освіти і науки Тернопільської облдержадміністрації
Кременецька обласна гуманітарно-педагогічна академія ім. Тараса Шевченка

Кафедра біології, екології та методики їх викладання



РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

***ОСНОВИ ВАЛЕОЛОГІЇ, МЕДИЧНИХ ЗНАНЬ ТА
ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я***

рівень вищої освіти перший (бакалаврський)

галузь знань **01 Освіта / Педагогіка**

спеціальність **013 Початкова освіта**

освітньо-професійна програма **Початкова освіта**

Робоча програма навчальної дисципліни «Основи валеології, медичних знань та охорони здоров'я» для студентів, які навчаються за спеціальністю 013 Початкова освіта. Кременець, 2020. 16 с.

Розробник програми:

Василюк В. М., доктор медичних наук, професор;

Гура А. М., асистент кафедри біології, екології та методики їх викладання.

Робочу програму схвалено на засіданні кафедри біології, екології та методики їх викладання

Протокол від „31” серпня 2020 року № 1

Завідувач кафедри



М. М. Ільєнко

1. Вступ

Анотація. Вивчення курсу «Основи валеології, медичних знань та охорони здоров'я» формує уяву про здоровий спосіб життя та основи медичних знань, що повинно стати правилом кожного, щоб сформувавши свідоме та відповідальне ставлення до індивідуального здоров'я дитини та здоров'я нації як найвищої людської цінності. Основними завданнями є формування в студентів ґрунтовні знання щодо здорового способу життя як одного з базових компонентів життя людини і дитини зокрема; створення у здобувачів розуміння основних факторів ризику розвитку захворювань та методів їх профілактики. Навчальна дисципліна «Основи валеології, медичних знань та охорони здоров'я» є основним компонентом (ЗО. 09) у структурно-логічній схемі освітньо-професійної програми підготовки бакалавра.

Ключові слова: валеологія, здоровий спосіб життя, здоров'я, медичні знання, охорона здоров'я, хвороба.

2. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітньо-професійна програма, освітній рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 3	Галузь знань 01 Освіта / Педагогіка	Нормативна	
Модулів – 2	Спеціальність 013 Початкова освіта	Рік підготовки:	
Змістових модулів – 3		1-й	1-й
Загальна кількість годин – 90	Освітньо-професійна програма Початкова освіта	Семестр	
		1-й	1-й
		Лекції	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 2 самостійної роботи студента – 3	Освітній рівень: перший (бакалаврський)	16 год.	6 год.
		Практичні, семінарські	
		18 год.	6 год.
		Лабораторні	
		-	-
		Самостійна робота	
56 год.	78 год.		
Форма контролю: залік			

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної та індивідуальної роботи становить (%):

для денної форми навчання – 37,8 % : 62,2 %;

для заочної форми навчання – 13,3 % : 86,7 %.

3. Мета та завдання навчальної дисципліни

Курс «Основи валеології, медичних знань та охорони здоров'я» формує комплекс наукових знань про засоби та методи профілактики захворювань. Навчальний курс належить до професійно-орієнтованих дисциплін вищих педагогічних навчальних закладів.

Освітній компонент спрямований на розвиток професійної ерудиції, наукового світогляду, стимулювання пізнавального і професійного інтересу, науково-дослідної діяльності студентів. Курс має міждисциплінарний характер і поєднує в собі педагогічний, медико-психологічний, медико-фізіологічний, соціальний компоненти.

Мета навчальної дисципліни «Основи валеології, медичних знань та охорони здоров'я» – сформувати в студентів цілісне уявлення про здоровий спосіб життя як компонент життя сучасної людини, його складові та роль у професійній діяльності педагога; систематизувати і поглибити знання про методи визначення стану здоров'я, діагностики, запобігання та профілактики захворювань; першої долікарської допомоги при отруєннях, травмах та нещасних випадках; навчити їх практично застосовувати набуті вміння і навички у своїй діяльності з метою профілактики захворювань, рекреації та оптимізації здоров'я особистості, орієнтації її на здоровий спосіб життя; сформувати свідоме та відповідальне ставлення до індивідуального здоров'я дитини та здоров'я нації як найвищої людської цінності.

Завданнями курсу визначено:

- формувати у студентів ґрунтовні знання щодо здорового способу життя як одного з базових компонентів життя людини і дитини зокрема;
- створювати у здобувачів систему знань про здоровий спосіб життя, глибокі переконання в необхідності його дотримання та впровадження в життя вихованців;
- допомогти студентам оволодіти основними методами діагностики рівня здоров'я і принципами підтримки здорового способу життя;
- створити у студентів розуміння основних факторів ризику розвитку захворювань та методів їх профілактики;
- сформувати в майбутнього вчителя здатності, вміння і відповідальності за збереження життя та здоров'я дітей як найвищої цінності сучасного суспільства.

Компетентності:

інтегральна компетентність: здатність особи розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у професійно-педагогічній діяльності, що передбачає застосування теоретичних положень і методів педагогіки, психології та окремих методик навчання і характеризується комплексністю та невизначеністю умов;

загальні компетентності:

ЗК3 – знання та розуміння предметної області та професійної діяльності;

ЗК4 – здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями та застосовувати їх у практичних ситуаціях;

ЗК6 – здатність володіти державною мовою як усно, так і письмово та спілкуватися іноземною мовою;

ЗК7 – навички використання інформаційних і комунікаційних, здоров'язбережувальних технологій; пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел;

ЗК11 – навички планування та управління часом; уміння і здатність до прийняття рішень;

ЗК13 – навички здійснення безпечної діяльності; прагнення до збереження навколишнього середовища;

ЗК14 – здатність оцінювати та забезпечувати належну якість виконуваних робіт;

фахові компетентності спеціальності:

ФК9 – здатність керуватися у професійно-педагогічній діяльності нормативно-правовими документами;

ФК17 – здатність працювати з дітьми, що мають особливі освітні потреби та обирати ефективні форми та методи, технології роботи з ними.

Результати навчання:

ПРН-4. Володіти державною мовою як усно, так і письмово та спілкуватися іноземною мовою, здійснювати усну комунікацію в різноманітних освітніх контекстах.

ПРН-5. Продемонструвати базові уявлення з дисциплін гуманітарної, соціально-економічної, математичної та природничо-наукової підготовки майбутнього фахівця.

ПРН-9. Застосовувати отримані знання при вирішенні педагогічних, навчально-виховних і науково-методичних завдань з урахуванням вікових й індивідуально-типологічних, соціально-психологічних особливостей дитячих колективів і конкретних педагогічних ситуацій.

ПРН-15. Систематично підвищувати свою професійно-педагогічну майстерність.

ПРН-20. Володіти методиками вивчення індивідуальних особливостей перебігу пізнавальних процесів учнів початкової школи та стратегії їх урахування в процесі навчання, розвитку і виховання учнів.

ПРН-21. Працювати з дітьми, що мають особливі освітні потреби та обирати ефективні форми та методи, технології роботи з ними.

ПРН-22. Продемонструвати вміння вчитися і оволодівати сучасними знаннями та застосовувати їх у практичних ситуаціях.

4. Програма навчальної дисципліни**ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1****ВАЛЕОЛОГІЯ – НАУКА ПРО ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ****Тема 1. Поняття здоров'я, визначення та оцінка здоров'я. Біологічні ритми. Значення основних нутрієнтів харчового раціону.**

Валеологія як наука. Методологічні основи валеології. Здоров'я та хвороба. Критерії та оцінка здоров'я. Сучасні підходи до формування здорового способу життя.

Поняття про біоритми. Класифікації біологічних ритмів. Роль біоритмів у забезпеченні життєдіяльності людини. Вплив погодних умов на біоритми. Десинхроноз і профілактика його наслідків

Енергетичні витрати людини та їх складові. Функції їжі. Раціональне харчування. Харчовий статус організму та методика його вивчення.

Тема 2. Рухова активність як основа здорової поведінки.

Рухова активність – основна умова збільшення обсягу функціональних резервів організму людини. Фізіологічні механізми впливу фізичних вправ на організм людини. Наслідки гіпокінезії (гіподинамії). Розвиток рухів у дітей. Норми рухової активності для дітей і підлітків. Норми рухової активності дорослих. Фізичні вправи. Принципи використання спеціально організованої рухової активності в системі оздоровлення населення. Рухова активність і тривалість життя. Фізіологічні основи дозування оздоровчих фізичних навантажень школярів.

Тема 3. Чинники ризику, стрес і здоров'я людини. Вплив екологічних факторів на здоров'я людини. Загартовування організму людини.

Поняття про стрес. Значення стресу в житті людини. Фази стресу та особливості їх прояву. Небезпеки мобілізаційних емоцій для хворих людей. Нейрогуморальні механізми регуляції функцій при емоційно-стресових станах. Методи регуляції емоційного стану.

Реакції організму людини на вплив факторів середовища. Вплив абіотичних факторів на здоров'я людини. Вплив біотичних факторів на здоров'я людини. Вплив антропогенних факторів на здоров'я людини.

Фізіологічні основи загартовування. Принципи загартовування. Гігієнічні норми загартовування повітрям. Гігієнічні норми загартовування водою. Гігієнічні норми загартовування сонцем

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2

ОСНОВИ ДОЛІКАРСЬКОЇ МЕДИЧНОЇ ДОПОМОГИ В ЗАГРОЗЛИВИХ ДЛЯ ЖИТТЯ СТАНАХ ПРИ ТРАВМАХ ТА ЗАГАЛЬНИХ ЗАХВОРЮВАННЯХ

Тема 1. Долікарська допомога при соматичних та інфекційних захворюваннях функціональних систем організму людини.

Захворювання дихальної системи: туберкульоз, бронхіт, пневмонія, ОРЗ, ОРВІ. Надання першої медичної допомоги, профілактика.

Захворювання серцево-судинної системи. Вроджені та набуті вади розвитку серця. Хорея. Вегето-судинна дистонія. Гіпертонічна хвороба, ішемічна хвороба, стенокардія, інфаркт міокарда. Поняття про судинну недостатність, інсульт. Причини, ознаки, надання першої допомоги, профілактика. Долікарська медична допомога при зупинці дихання та кровообігу. Загальне поняття про термінальні стани та реанімацію. Методи і способи надання штучного дихання та закритого масажу серця.

Захворювання травної системи. Гострий та хронічний гастрит, виразкова хвороба шлунка. Гепатит, жовчнокам'яна хвороба, панкреатит, коліт, геморої. Причини, ознаки, надання першої допомоги, профілактика. Комплекс симптомів «гострий живіт», симптоматика гострого апендициту, етіологія, патогенез, надання першої допомоги. Вірусні захворювання печінки.

Захворювання крові. СНІД, висипний тиф, малярія: епідеміологія, етіологія, принципи лікування, профілактичні заходи.

Загальна характеристика захворювань сечовидільної системи (пієлонефрит, цистит).

Захворювання шкіри: дерматити, виразки, фурункули, карбункули, лишай. Особливості лікування та профілактики.

Алергія: причини, симптоматика, долікарська допомога, профілактика. Алгоритм дій при анафілактичному шоку.

Тема 2. Загальна характеристика травм, перша медична допомога при травмах та їх профілактика.

Загальне поняття і види травм. Травматичний шок, його перебіг, основні ознаки. Особливості спортивних травм. Поняття політравматизму. Ускладнення, що виникають при травмуванні. Засоби профілактики. Долікарська допомога при травмах голови, шиї, хребта,

грудної клітки, кінцівок. Рани, їх види (різані, колоті, вогнестрільні та інші). Місцеві та загальні ознаки ран. Види ран, інфікування ран, як ускладнення. Перебіг ранового процесу. Долікарська медична допомога при пораненнях. Закриті ушкодження дихальної, серцево-судинної, травної систем, визначення причини, профілактика, перша долікарська допомога.

Різновиди коригуючих, іммобілізуючих, оклюзійних пов'язок. Перев'язувальний матеріал (гіпсові, клейові та бинтові пов'язки). Принципи, методи та техніка накладання пов'язок.

Зовнішні ознаки кровотеч, їх види. Внутрішні та зовнішні кровотечі. Методи зупинки зовнішніх кровотеч. Особливості крововтрати у дітей. Загальна характеристика і методи першої долікарської допомоги при внутрішніх кровотечах.

Види і ознаки переломів кісток. Особливості переломів у дітей. Поняття про транспортну іммобілізацію при ушкодженні кісток. Засоби транспортної іммобілізації, показання до її застосування і основні правила.

Тема 3. Долікарська медична допомога при нещасних випадках, їх профілактика.

Загальна характеристика гострих отруєнь, їх види. Шляхи потрапляння токсинів до організму. Ознаки гострих отруєнь токсинами рослинного походження і грибами, алкоголем і його сурогатами, речовинами побутової хімії. Принципи надання долікарської медичної допомоги. Перша допомога при утопленні, види утоплення. Особливості долікарської допомоги при утопленні дітей та підлітків. Алгоритм дій при ураженні електричним струмом та блискавкою. Опіки, ступені опіків. Опікова хвороба. Опіковий шок. Долікарська допомога при опіках. Обмороження, ступені обмороження. Долікарська допомога при обмороженні та переохолодженні.

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 3 ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧІ ТЕХНОЛОГІЇ В ОСВІТІ

Тема 1. Медико-гігієнічне та статеве виховання учнів. Роль медико-гігієнічного виховання у формуванні особистості. Принципи, форми та методи медико-гігієнічного та статевого виховання. Взаємодія педагогів і медичних працівників у вихованні. Система охорони здоров'я в Україні.

Тема 2. Профілактика шкідливих звичок.

Алкоголізм та його профілактика. Вплив алкоголю на функції організму людини. Ступені сп'яніння. Алкоголізм у жінок. Вікові особливості алкоголізму. Наркоманії і токсикоманії. Профілактика наркоманій і токсикоманій. Куріння та його профілактика. Вплив нікотину і інших компонентів тютюнового диму на організм людини. Характеристика ВІЛ/СНІДу. Впливу ВІЛ на імунну систему. Стадії розвитку СНІДу. Шляхи передачі ВІЛ/СНІДу.

5. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин												
	денна форма						Заочна форма						
	усього	у тому числі					усього	у тому числі					
		л	п	лаб	інд	с.р.		л	п	лаб	інд	с.р.	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	
Модуль 1													
Змістовий модуль 1. Валеологія – наука про збереження здоров'я людини													
Тема 1. Поняття здоров'я, визначення та оцінка здоров'я. Біологічні ритми. Значення основних нутрієнтів харчового раціону.	8	2	2			4	11	2	2				7
Тема 2. Рухова активність як основа здорової поведінки.	8	2	2			4	7						7
Тема 3. Чинники ризику, стрес і здоров'я людини. Вплив екологічних факторів на здоров'я людини. Загартування організму людини.	12	2	2			8	7						7
Разом за змістовим модулем 1	28	6	6			16	25	2	2				21
Змістовий модуль 2. Основи долікарської медичної допомоги в загрозливих для життя станах при травмах та загальних захворюваннях													
Тема 4. Долікарська допомога при соматичних та інфекційних захворюваннях функціональних систем організму людини.	15	2	4			9	9	1	1				7
Тема 5. Загальна характеристика травм, перша медична допомога при травмах та їх профілактика.	10	2	2			6	9	1	1				7
Тема 6. Долікарська медична допомога при нещасних випадках, їх профілактика.	10	2	2			6	7						7
Разом за змістовим модулем 2	35	6	8			21	25	2	2				21
Змістовий модуль 3. Здоров'язберігаючі технології в освіті													
Тема 7. Медико-гігієнічне та статеве виховання учнів.	6	2	2			2	12	1	1				10
Тема 8. Профілактика шкідливих звичок.	6	2	2			2	13	1	1				11
Разом за змістовим модулем 3	12	4	4			4	25	2	2				21
Усього годин	75	16	18			41	75	6	6				63
Модуль 2													

ІНДЗ	15				15		15				15	
Усього годин	90	16	18		15	41	90				15	

6. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Критерії здоров'я. Оцінки стану здоров'я та фізичного розвитку дітей і підлітків. Методи дослідження та оцінка критеріїв здоров'я людини.	2
2	Діагностика індивідуального здоров'я людини.	2
3	Здоровий спосіб життя.	2
4	Імунна система та здоров'я. Методи формування штучного імунітету. Графік профілактичних щеплень.	2
5	Алергія. Перша допомога при алергічних станах.	2
6	Біоритми.	2
7	Принципи надання першої медичної допомоги. Перша допомога при раптовій зупинці серцевої діяльності та дихання.	2
8	Заходи первинної реанімації при травмах. Перша допомога при нещасних випадках – утопленні, ушкодженні електричним струмом, блискавкою, опіках, обмороженнях.	2
9	Круглий стіл «Шкідливі звички та їх профілактика». Медико-гігієнічне та статеве виховання учнів. «Життя в світі, в якому є ВІЛ»	2
Всього		18

7. Завдання для самостійної роботи

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Принципи використання спеціально організованої рухової активності в системі оздоровлення населення	2
2	Десинхроноз і профілактика його наслідків	1
3	Харчовий статус організму та методика його вивчення	1
4	Методи регуляції емоційного стану	2
5	Гігієнічні норми загартовування водою	1
6	Фізіологічні основи дозування оздоровчих фізичних навантажень школярів	2
7	Заходи щодо підвищення працездатності учнів молодшого шкільного віку	2
8	Взаємодія педагогів і медичних працівників у вихованні учнів	2
9	Ознаки, етіологія, патогенез та особливості клінічних проявів бронхіальної астми	2
10	Ознаки, етіологія, патогенез гіпертонічної хвороби. Основні клінічні прояви	2
11	Етіологія, патогенез жовчнокам'яної та сечокам'яної хвороб. Основні клінічні прояви	2
12	Проаналізувати основні напрямки роботи по профілактиці порушень	2

	зору та слуху в учнів	
13	Проаналізувати сучасне поняття «політравматизму», його ознаки	2
14	Ознайомитись з технікою накладання пов'язок при травмах голови, грубної клітини, тазу	2
15	Проаналізувати клінічну картину при отруєнні хімічними речовинами та отрутами біологічного походження.	2
16	Ознайомитись з особливо небезпечними хворобами та карантинними заходами при них	2
17	Загальна характеристика нормальної і патологічної вагітності та пологів	2
18	Клінічна картина туберкульозу кісток та внутрішніх органів	2
19	Етіологією СНІДу, клінічні ознаки ВІЛ-інфекції, методами запобігання. Стадії перебігу захворювання на ВІЛ-інфекцію	2
20	Етіологія вегето-судинної дистонії. Профілактика вегето-судинних порушень	2
21	Психічні захворювання, принципами їх лікування та профілактики	2
22	Протидія дискримінації. Підтримка людей, які живуть з ВІЛ	2
	Разом	41

8. Індивідуальні навчально-дослідні завдання

- ✓ Вплив екологічних факторів на здоров'я людини. Екологічна ситуація в Україні.
- ✓ Місце нетрадиційних методів збереження здоров'я у валеології. Фітотерапія як складова частина здоров'я.
- ✓ Здоров'я та його механізми з позиції системного підходу.
- ✓ Діагностика індивідуального здоров'я. Класифікація діагностичних моделей.
- ✓ Діагностика здоров'я за функціональними показниками.
- ✓ Діагностика рівня здоров'я за прямими показниками.
- ✓ Діагностика рівня здоров'я за резервами біоенергетики.
- ✓ Поняття про психічне здоров'я, структура психіки.
- ✓ Механізми психічного та фізіологічного стресу.
- ✓ Наслідки стресу. Профілактика стресу і корекція його наслідків.
- ✓ Зв'язок між характером, емоціями і здоров'ям. Вправи для досягнення внутрішньої гармонії.
- ✓ Сучасні підходи до психічного оздоровлення.
- ✓ Механізм оздоровчої дії фізичних вправ.
- ✓ Фізичні вправи та фундаментальні резерви організму.
- ✓ Значення фізичних вправ для імунної системи. Вправи, що сприяють зміцненню здоров'я людини.
- ✓ Показник маси тіла, його розрахунок і надлишкова маса тіла.
- ✓ Дихання як спосіб оздоровлення
- ✓ Профілактика захворювань органів дихання.
- ✓ Визначення рівня фізичного стану за допомогою природних рухових тестів.
- ✓ Загальне уявлення про рефлексопрофілактику. Локалізація біологічно активних точок і методи впливу на них.
- ✓ Масаж, значення масажу серед методів лікування і профілактики захворювань.
- ✓ Загартування, значення загартування серед методів профілактики захворювань.
- ✓ Загартування, методи загартування повітрям, водою, сонцем.
- ✓ Загальне уявлення про старіння. Теорії старіння.
- ✓ Соматичне здоров'я і старіння.

- ✓ Медична допомога та її види.
- ✓ Значення курсу основ медичних знань для педагогічних працівників.
- ✓ Загальні закономірності росту й розвитку дитини
- ✓ Критичні періоди розвитку дитини.
- ✓ Поняття про хворобу, періоди розвитку хвороби.
- ✓ Історія медицини, здоров'я населення і чинники які його визначають
- ✓ Основні заходи попередження інфекційних захворювань у дітей.
- ✓ Поняття про травми та їх класифікація. Травматизм його види.
- ✓ Поранення, кровотечі та опіки.
- ✓ Десмургія. Види пов'язок і способи їх накладення.
- ✓ Реаніматологія: основні поняття. Шок: класифікація, симптоми. Реанімаційні заходи на місці випадку.
- ✓ Гострі захворювання легенів, серця, шлунка, печінки і нирок.
- ✓ Гострі гнійні захворювання шкіри і підшкірної клітковини.
- ✓ Пошкодження і захворювання очей, вуха, горла і носа.
- ✓ Антропонозні повітряно-краплинні, повітряно-пилові й кишкові інфекції.
- ✓ Захворювання людини, що передаються статевим шляхом.
- ✓ Загальне вчення про здоров'я і хворобу.
- ✓ Вчення про етіологію у загальній патології. Профілактика хвороб.
- ✓ Вчення про патогенез у загальній патології.
- ✓ Місцеві порушення кровообігу і процесів тканинного живлення.
- ✓ Запалення як типовий патологічний процес.
- ✓ Поняття про реактивність організму, імунітет.
- ✓ Поняття про алергію. Перша допомога при гострих алергічних реакціях.
- ✓ Поняття про лікарські засоби, форми і способи їх застосування.
- ✓ Гострі отруєння медикаментами та засобами побутової хімії.
- ✓ Алкогольна інтоксикація. Алкогольна кома.
- ✓ Статевий цикл людини та статеве поведінка.
- ✓ Фактори формування та збереження репродуктивного здоров'я.
- ✓ Статеві культура як передумова репродуктивного здоров'я.
- ✓ Венеричні хвороби як фактор ризику репродуктивного здоров'я.
- ✓ Медичні, соціальні й психологічні аспекти статевого виховання.

Критерії оцінювання ІНДЗ

№ з/п	Критерії оцінювання роботи	Максимальна кількість балів за кожним критерієм
1.	Обґрунтування актуальності, формулювання мети, завдань та визначення методів дослідження	2 бали
2.	Складання плану дослідження	2 бали
3.	Критичний аналіз суті та змісту першоджерел. Виклад фактів, ідей, результатів досліджень в логічній послідовності. Аналіз сучасного стану дослідження проблеми, розгляд тенденцій подальшого розвитку даного питання.	6 балів
4.	Доказовість висновків, обґрунтованість власної позиції, пропозиції щодо розв'язання проблеми, визначення перспектив дослідження	3 бали
5.	Дотримання вимог щодо технічного оформлення структурних елементів роботи (титульний аркуш, план, вступ, основна частина, висновки, додатки (якщо вони є), список використаних джерел)	2 бали
Разом		15 балів

Примітка. Максимальна кількість балів, яку може отримати студент за виконання ІНДЗ становить **15 балів**. Невиконання ІНДЗ оцінюється у 0 балів.

Шкала оцінювання ІНДЗ

Рівень виконання	Кількість балів, що відповідає рівню	Оцінка за традиційною системою
Високий	12-15	Відмінно
Достатній	9-11	Добре
Середній	5-8	Задовільно
Низький	1-4	Незадовільно

«**Відмінно**» відповідає **12-15** балам, ставиться: при виконанні ІНДЗ у повному обсязі, теоретична та практична (за наявності) частини не мають помилок; відповіді на запитання вичерпні й аргументовані; оформлення відповідає вимогам, робота виконана вчасно.

«**Добре**» відповідає **9-11** балам, ставиться якщо: ІНДЗ виконано в повному обсязі і не має помилок, які потребують її переробки; відповіді на запитання даються по суті, але не в деталях.

«**Задовільно**» відповідає **5-8** балам, ставиться, якщо ІНДЗ виконано не в повному обсязі; мають місце помилки; оформлення не відповідає вимогам; відповіді на запитання даються не в повному обсязі.

«**Незадовільно**» відповідає **1-4** балам, виставляється якщо ІНДЗ виконано не в повному обсязі; мають місце суттєві помилки, які тягнуть за собою переробку; оформлення не відповідає вимогам; на запитання студент дає неправильні відповіді.

9. Методи навчання

Розповідь з елементами бесіди, лекції із використанням презентацій, виконання практичних завдань, розв'язування творчих завдань, робота з підручниками, науковою літературою.

10. Методи контролю

Усне індивідуальне опитування, поточне тестування, оцінка за науковий реферат, підсумковий письмовий тест.

11. Розподіл балів, які отримують студенти

Поточне тестування та самостійна робота			Підсумковий тест (залік)	Сума
Модуль 1.		Модуль 2. ІНДЗ	40	100
Змістовий модуль 1	Змістовий модуль 2	Змістовий модуль 3		
T1 - 5	T4 - 5	T8 - 5		
T2 - 5	T5 - 5	T9 - 5		
T3 - 5	T6 - 5	T7 - 5	15	

**Критерії оцінювання знань, умінь і навичок студентів
на семінарсько-практичних заняттях**

За шкалою ECTS	За національною шкалою	Критерії оцінювання знань, умінь і навичок
5	«відмінно»	<ul style="list-style-type: none"> - студент виявляє глибокі, міцні і системні знання навчально-програмового матеріалу; - володіє теоретичними основами дослідження проблем; - демонструє вміння самостійно знаходити і користуватися джерелами інформації, критично оцінювати окремі нові факти, явища, ідеї; - виявляє варіативність мислення і раціональність у виборі способів розв'язання практичних завдань
4	«добре»	<ul style="list-style-type: none"> - студент виявляє ґрунтовні знання навчально-програмового матеріалу, але вони носять, в основному, репродуктивний характер; - демонструє розуміння основоположних теорій і фактів, вміння аналізувати, порівнювати і систематизувати інформацію, робити певні висновки; - вільно застосовує матеріал у власній аргументації; - при виконанні практичних завдань допускає окремі помилки; - відповідь повна, логічна, обґрунтована, але містить несуттєві неточності
3	«задовільно»	<ul style="list-style-type: none"> - студент виявляє знання і розуміння основних положень навчального матеріалу, проте спостерігається їх недостатня глибина та осмисленість; - виявляє вміння частково аналізувати навчальний матеріал, порівнювати і робити певні, але неконкретні і неточні, висновки; - не вміє пов'язати теоретичні положення з практикою
2	«незадовільно»	<ul style="list-style-type: none"> - студент фрагментарно відтворює незначну частину навчального матеріалу; - має нечіткі уявлення про об'єкт вивчення; - виявляє елементарні знання фактичного матеріалу; - відсутні уміння і навички в роботі з джерелами інформації; - не вміє логічно мислити і викласти свою думку

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
75-81	C		
64-74	D	задовільно	
60-63	E		
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання

0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни
------	----------	--	---

12. Методичне забезпечення

1. Робоча програма навчальної дисципліни «Основи валеології, медичних знань та охорони здоров'я».
2. Конспекти лекцій.
3. Протоколи проведення практичних занять.

13. Рекомендована література

Базова

1. Валецька Р. О. Основи медичних знань : підручник для студентів вищих навчальних закладів, які навчаються за педагогічними спеціальностями. Луцьк, 2007. 378 с.
2. Грибан В. Г. Валеологія : Підручник. Київ : Центр навчальної літератури, 2008. 214 с.
3. Грибан В. Г. Валеологія : підручник : для студентів вищ. навч. закл. 2-ге вид, перероб. та допов. Київ : Центр навчальної літератури, 2018. 342 с.
4. Грушко В. С. Основи здорового способу життя. Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 1999. 368 с.
5. Єжова О. Здоровий спосіб життя. Навчальний посібник. Київ : Університетська книга, 2017. 127 с.
6. Іващук Л. Ю., Онишкевич С. М. Валеологія. Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2010. 400 с.
7. Коденко Я. В. Основи медичних знань. Київ : Арт-освіта, 2004. 256 с.
8. Концепція навчання здорового способу життя на засадах розвитку навичок : інформ. зб. з життєвих навичок / авт.-упоряд. М. Бело. Київ : Генеза, 2005. 77 с.
9. Кошель В. М. Валеологія та основи медичних знань : посібник для студентів спеціальності «Дошкільна освіта», викладачів закладів вищої освіти, вихователів дітей дошкільного віку та батьків. Чернівці : ФОП Баликіна О. В., 2020. 142 с.
10. Мелега К. П., Кручаниця М. І. Основи медичних знань : навч. посібник для студентів вищих навч. закладів фіз. виховання і спорту. Ужгород : Вид-во УжНУ, 2006. 128 с.
11. Мойсак О. Д. Основи медичних знань і охорони здоров'я : навчальний посібник. 3-є вид., виправлене та доповнене. Київ : Арістей, 2005. 588 с.
12. Федонюк Я. І., Грушко В. С., Довгань О. М. Основи медичних знань та долікарської допомоги : підручник для студентів вищих навчальних закладів III-IV рівнів акредитації. Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2012. 728 с.
13. Петриченко Т. В. Перша медична допомога : підручник. Київ : Медицина, 2010. 272 с.
14. Якобчук А. В., Курик О. Г. Основи медичної валеології. Київ : Ліра, 2015. 244 с.

Допоміжна

1. Анатомія та фізіологія з патологією. / За ред. Я. І. Федонюка, Л. С. Білика, Н. Х. Микули. Тернопіль : Укрмедкнига, 2001. 680 с.
2. Андрощук Н., Андрощук М. Основи здоров'я і фізична культура (теоретичні відомості). Тернопіль : Підручники і посібники, 2006. 160 с.
3. Антонік В. І., Антонік І. П., Андріанов В. Є. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури : навч. посібник. Київ : Професіонал, 2009. 336 с.
4. Волкова І. Здоров'я школярів – взаємодія лікарів, педагогів, психологів. *Практика управління закладом освіти*. 2009. № 12. С. 5-12.
5. Гіпертензивні кризи : діагностика і лікування. Консенсус Асоціації кардіологів України та Української асоціації боротьби з інсультом.
6. Довідник з медичної допомоги на догоспітальному етапі. / За ред. І. С. Зозулі. Київ : Здоров'я, 2005. 372 с.
7. Зозуля С. І., Боброва Б. І., Вершигора А. В. Практичні заняття з медицини невідкладних станів. Київ : Здоров'я, 2008. 163 с.
8. Коцур Н. І., Товкун Л. П. Валеологія : підручник (у 2-х частинах). Частина І. Переяслав-Хмельницький : Домбровська Я. М., 2019. 464 с.
9. Міхєєнко О. І. Валеологія. Основи індивідуального здоров'я людини. Суми : Університетська книга, 2019. 448 с.
10. Москаленко В. Ф., Рошін Г. Г., Нацюк М. В. Стандарти надання невідкладної медичної допомоги на догоспітальному етапі за протоколами. *Проблеми військової охорони здоров'я*. Київ, 2002. С. 293-297.
11. Страшко С. Соціально-просвітницькі тренінги з формування мотивації до здорового способу життя та профілактики ВІЛ / СНІДу : навчально-методичний посібник для викладачів валеології, основ медичних знань та безпеки життєдіяльності, вчителів основ здоров'я, студентів вищих педагогічних навчальних закладів. 2-ге видання, перероблене і доповнене. Київ : Освіта України, 2006. 260 с.
12. Щуліпенко І. М. Загальний і спеціальний медичний догляд за хворими з основами валеології : навчально-методичний посібник для студентів медичних вузів і учнів медичних ліцеїв. Київ : Кий, 1998. 384 с.

14. Інформаційні ресурси

1. Ваше О. Є., Ключко В. М. Валеологія : методичні рекомендації до практичних занять та самостійної роботи студентів з дисципліни «Управління професійною працездатністю» (для студентів усіх спеціальностей Академії та НПП). Харків : ХНАМГ, 2010. 57 с. URL : <https://core.ac.uk/download/pdf/11328155.pdf>
2. Кошель В. М. Валеологія та основи медичних знань : посібник для студентів спеціальності «Дошкільна освіта», викладачів закладів вищої освіти, вихователів дітей дошкільного віку та батьків. Чернігів : ФОП Баликіна О. В., 2020. 142 с. URL : <http://erpub.chnpu.edu.ua:8080/jspui/bitstream/123456789/3152/1/%D0%92%D0%B0%D0%BB%D0%B5%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F%20%D1%82%D0%B0%20%D0%BE%D1%81%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%B8%20%D0%BC%D0%B5%D0%B4%D0%B8%D1%87%D0%BD%D0%B8%D1%85%20%D0%B7%D0%BD%D0%B0%D0%BD%D1%8C.pdf>
3. Лукашук-Федик С. В., Бадюк Р. А., Циквас Р. С. Валеологія : навчальний посібник. Тернопіль : Економічна думка. 2006. 194 с. URL : <http://dspace.wunu.edu.ua/jspui/bitstream/316497/7371/1/%D0%92%D0%90%D0%9B%D0%95%D0%9E%D0%9B%D0%9E%D0%93%D0%86%D0%AF.pdf>
4. Федонюк Я. І., Грушко В. С., Довгань О. М. Основи медичних знань та долікарської допомоги : підручник для студентів вищих навчальних закладів III-IV рівнів акредитації. Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2012. 728 с. URL : <https://bohdan-books.com/upload/iblock/0f2/0f2592901c2bdf70b0b0baf10cbfa263.pdf>

5. Основи валеології : підручник. URL : <https://subject.com.ua/valeology/valecka/index.html>
6. Соціальна медицина та організація охорони здоров'я : підручник. / За ред. Ю. В. Вороненка. Тернопіль : Укрмедкнига, 2002. 332 с. URL : https://repository.tdmu.edu.ua/bitstream/handle/1/8599/soc_med.pdf?sequence=1&isAllowed=y
7. Стиценко Т. Є., Пронюк Г. В., Сердюк Н. М., Хондак І. І. Безпека життєдіяльності : навч. посібник. Харків : ХНУРЕ, 2018. 336 с. URL : http://os.nure.ua/wp-content/uploads/2019/05/posibnik-bgd_2018_p.1.pdf