МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
«ПРИКАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНИКА»

Факультет фізичного виховання і спорту

Кафедра фізичної терапії, ерготерапії

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Валелогія

Освітня програма «Фізична терапія, ерготерапія»

Спеціальність 227 Фізична терапія, ерготерапія

Галузь знань 22 Охорона здоров'я

Затверджено на засіданні кафедри
фізичної терапії, ерготерапії
Протокол № 1 від “30” серпня 2021 р.

м. Івано-Франківськ – 2021

ЗМІСТ

1. Загальна інформація

2. Опис дисципліни

3. Структура курсу

4. Система оцінювання курсу

5. Оцінювання відповідно до графіку навчального процесу

6. Ресурсне забезпечення

7. Контактна інформація

8. Політика навчальної дисципліни

1. Загальна інформація

Назва дисципліни	Валеологія
Освітня програма	Фізична терапія, ерготерапія
Спеціалізація (за наявності)	
Спеціальність	227 Фізична терапія, ерготерапія
Галузь знань	22 Охороно здров'я
Освітній рівень	Бакалавр
Статус дисципліни	нормативна
Курс / семестр	1/1
Розподіл за видами занять та годинами навчання (якщо передбачені інші види, додати)	Лекції – 12 год. Практичні заняття – 18 год. Самостійна робота – 60 год.
Мова викладання	українська
Посилання на сайт дистанційного навчання	www.d-learn.pnu.edu.ua

2. Опис дисципліни

Мета та цілі дисципліни
Формувати знання та вміння, необхідні для успішної практичної діяльності в галузі фізичної терапії, ерготерапії; засвоєння студентами теоретичних знань, формування у студентів цілісного уявлення про здоров'я людини та його фізичну, психологічну, соціальну, духовну складову, формування у студентів глибокого розуміння необхідності підтримки здорового способу життя, навичок здорового способу життя і практичних умінь щодо перевірки стану фізичного здоров'я осіб у закладах фізичної реабілітації, фізичної культури і спорту.
Компетентності
ЗК 15. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя. СК 02. Здатність аналізувати будову, нормальний та індивідуальний розвиток людського організму та його рухові функції. СК 14. Здатність знаходити шляхи постійного покращення якості послуг фізичної терапії та ерготерапії.
Програмні результати навчання
ПР 01. Демонструвати готовність до зміцнення та збереження особистого та громадського здоров'я шляхом використання рухової активності людини та проведення роз'яснювальної роботи серед пацієнтів/клієнтів, членів їх родин, медичних фахівців, а також покращенню довкілля громади. ПР 04. Застосовувати у професійній діяльності знання біологічних, медичних, педагогічних та психосоціальних аспектів фізичної терапії та

ерготерапії. ПР 10. Здійснювати заходи фізичної терапії для ліквідації або компенсації рухових порушень та активності. ПР 18. Оцінювати себе критично, засвоювати нову фахову інформацію, поглиблювати знання за допомогою самоосвіти, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.

3. Структура курсу

№	Тема	Результати навчання	Завдання
Змістовий модуль 1. Характеристика процесу підготовки та професійної діяльності майбутніх фахівців фізичної культури та спорту			
1.	**Тема 1.** Еволюція науки про здоров'я людини. Поняття про здоров'я.	Знати основні принципи формування фізичоог здоров'я. Знати як формувась вчення про здоров'я у ріні епохи. Знати і розуміти визначення основних понять: «валеологія», «здоров'я», «Здоровий спосіб життя», «соціальне здоров'я», «психологічне здоров'я», «Гіпокінезія», «Гіподинамія».	Виконання тестових завдань з вивченої теми, Контрольні запитання, завдання для самостійної роботи
2.	**Тема 2.** Вплив стресу на здоров'я людини	Розуміти визначення поняття «стрес», стадії його розвитку. Знати поняття «психологічний стрес», «фізіологічний стрес», «еустрес» та «дистрес» та вміти їх розрізяти. Розуміти вплив стресу на організм людини та знати основні правила боротьби зі стресом	Виконання тестових завдань з вивченої теми, Контрольні запитання, завдання для самостійної роботи
3.	**Тема 3.** Поняття про забруднення навколишнього середовища, його джерела, та види.	Знати визначення поняття про забруднення навколишнього середовища, основні джерела забруднення та їх види. Знати, які існують види забруднення та вміти їх розрізняти. Розуміти вплив різних видів забруднення на організм людини. Знати яка є профілактика організму від забруднень та способи зменшення негативного впливу на організм людини	Виконання тестових завдань з вивченої теми, Контрольні запитання, завдання для самостійної роботи
4.	**Тема 4.** Вплив алкоголю та тютюнопаління на організм людини.	Розуміти негативний вплив тютюнопаління, алкоголю та наркотиків на організм людини. Знати основні ознаки та стадії виникнення залежностей, діагностику та шляхи боротьби.	Виконання тестових завдань з вивченої теми, Контрольні запитання, завдання для самостійної роботи
5.	**Тема 5**. Наркоманія.	Знати класифікацію наркологічних захворювань, причини виникнення і	Виконання тестових завдань з

		розвитку наркоманії. Знати і розрізняти ознаки стадій наркоманії, види наркоманії. Розуміти негативний вплив наркотиків на органи та системи людини.	вивченої теми, Контрольні запитання, завдання для самостійної роботи
6.	**Тема 6.** Медико-психологічні основи статевого виховання. Венеричні захворювання та їх профілактика.	Знати основні поняття: аборт, викидень, медичний аборт, постабортний синдром. Знати засоби для запобігання небажаної вагітності, а також захворювання, що передаються статевим шляхом, симптоми ВІЛ, СНІД, а також шляхи профілактики ЗПСШ	Виконання тестових завдань з вивченої теми, Контрольні запитання, завдання для самостійної роботи

4. Система оцінювання курсу

Накопичування балів під час вивчення дисципліни	
Види навчальної роботи	Максимальна кількість балів
Практичне заняття	80
Самостійна робота	10
Знання термінів	10
Максимальна кількість балів	100

5. Оцінювання відповідно до графіку навчального процесу (відносна вага)

Робота на парах	Оцінка за самостійну роботу	Оцінка за знання термінології	**Разом**
80	10	10	**100**

- Оцінювання відповідей студентів на практичних і семінарських заняттях відбувається за 100 бальною шкалою.
- По завершенні теоретичного навчання середнє арифметичне усіх отриманих оцінок у 100-бальній шкалі множиться на ваговий коефіцієнт 0,8, відповідно – максимальний бал за усі отриманні заняття у підсумку може скласти 80 балів.
- Підсумкова оцінка за вивчення дисципліни складається із математичної суми балів за роботу на парах (максимально – 80 балів), отриманих балів за самостійну роботу (оцінка виставляється у 100-бальній шкалі і множиться на ваговий коефіцієнт 0,1, відповідно максимальний бал за самостійну роботу може скласти 10 балів), оцінки за знання термінології (оцінка виставляється у 100-бальній шкалі і множиться на ваговий коефіцієнт 0,1, відповідно максимальний бал може скласти 10 балів) що в сумі максимально може скласти 100 балів.

- При виставленні балів за модульний контроль оцінюються: рівень теоретичних знань та практичні навички з тем, включених до змістових модулів, самостійне опрацювання тем, проведення розрахунків, лабораторних робіт, написання рефератів, опрацювання завдань робочих зошитів, підготовка конспектів навчальних чи наукових текстів, тощо.
- Якщо студент не складав змістовий модуль з поважних причин, які підтверджені документально, то він має право на його складання з дозволу зав. кафедри (за заявою).

Критерії оцінювання за 100-бальною шкалою:

- *90-100 балів* – Студент вільно володіє навчальним матеріалом; висловлює свої думки; творчо виконує індивідуальні та колективні завдання; самостійно знаходить додаткову інформацію та використовує її для реалізації поставлених перед ним завдань; вільно використовує нові інформаційні технології для поповнення власних знань; комунікативні уміння та навички сформовані на високому рівні; може аргументовано обрати раціональний спосіб виконання завдання і оцінити результати власної практичної діяльності; виконує завдання, не передбачені навчальною програмою; вільно використовує знання для розв'язання поставлених перед ним завдань.
- *70-89 балів* – Студент вільно володіє навчальним матеріалом, застосовує знання на практиці; узагальнює і систематизує навчальну інформацію, але допускає незначні граматичні помилки у порівняннях, формулюванні висновків, застосуванні теоретичних знань на практиці; за зразком самостійно виконує практичні завдання,передбачені програмою; має стійкі навички виконання завдань.
- *50-69 балів* – Студент володіє навчальним матеріалом поверхово, фрагментарно; на рівні запам'ятовування відтворює певну частину навчального матеріалу з елементами логічних зв'язків; знайомий з основними поняттями навчального матеріалу; комунікативні уміння та навички сформовані частково; під час відповіді допускаються суттєві граматичні помилки; має елементарні нестійкі навички виконання завдань; планує та виконує частину завдань за допомогою викладача.
- *Менше 50 балів* – У студента не сформовані комунікативні уміння та навички; студент допускає велику кількість граматичних помилок, що ускладнює розуміння; студент не володіє навчальним матеріалом; виконує лише елементарні завдання, потребує постійної допомоги викладача.

6. Ресурсне забезпечення

Матеріально-технічне забезпечення	Мультимедіа (відеофайли, рисунки, схеми), таблиці та інше.

Література:	
1.	Байер К. Здоровый образ жизни /К. Байер, Л. Шейнберг; пер. с англ. – М.: Мир, 1997.
2.	ВІЛ-інфекція – синдром набутого імунодефіциту : Навч. посібник для студентів мед. Вузів / Циганенко А.Я., Яковцова А.Ф., Сорокіна І.В., Васильченко В.М. ; Харк. держ. мед. ун-т ; [Ред. Т.Л.Мельникова]. — Харків., 1995. — 59, [1] с.
3.	Грибан В. Г. Валеологія [текст]: підручник / В. Г. Грибан - 2-ге вид. пере роб. та доп. - К. : «Центр учбової літератури», 2012.-342 с.
4.	Губенко І. Я. О снови загальної і медичної психології, психічного здоров 'я та між особового спілкування: підручник / І.Я. Губенко, О.С. Карнацька, О.Т. Шевченко. -К. : Медицина, 2013. -296 с.
5.	Для тебе. Дівчатам від 13 до 18 / Т.В. Воронцова, В.С. Пономаренко.—К.: Алатон, 2003.
6.	Для тебе. Хлопцям від 13 до 18 / Т.В. Воронцова, В.С. Пономаренко.—К.: Алатон, 2003.
7.	Зеркалов Д.В. Безпека життєдіяльності. Навч. посіб. / – К.: Основа, 2016. 267 с.
8.	Зеркалов Д.В. Безпека життєдіяльності. Навч. посіб. / – К.: Основа, 2016. 267 с.
9.	Іващук Л.Ю. Валеологія. Навчальний посібник. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2010 -400с.
10.	Інфекційні хвороби: ВІЛ-інфекція/СНІД : зб. нормат. док. / М-во охорони здоров'я, Голов. упр. охорони здоров'я та мед. забезпечення м. Києва, Київ. міськ. наук. інформ.-аналіт. центр мед. статистики ; упоряд. та голов. ред. Заболотько Валентина Миколаївна. — Київ.: МНІАЦ мед. статистики : Медінформ, 2010
11.	Калошин В. Ф . Як долати стрес у педагогічній діяльності / В.Ф . Калошин // Практична психологія та соціальна робота.- 2004. № 8. С. 58-68.
12.	Козлова В. А . Основи валеології : навч. посіб. /В. А . Козлова. - Кіровоград: Ф О -П Александрова М . В., 2012. - 352 с.
13.	Матвеев В. М . Життя . Здоров'я. Доля / В. М. Матвєєв.-Черкаси : Відлуння-Плюс, 2008. -186 с.
14.	Медична психологія / [С.Д. Максименко, І.А . Коваль, К.С. Максименко, М.В. Папуча] ; за ред. С.Д. Максименка. - Вінниця: Нова Книга, 2008. -520 с.
15.	Нестерова С.Ю. Валеологія і основи медичних знань: тексти лекцій (Частина І). Посібник для студентів інституту фізичного виховання та спорту / С.Ю.Нестерова. – Вінниця: ВДПУ, 2014.– 126 с.
16.	Основи здоров'я: Підручник для 7 класу / І.Д. Бех, Т.В. Воронцова, В.С. Пономаренко, С.В. Страшко.-К.: Алатон, 2016.
17.	Основи здоров'я: Підручник для 8 класу / І.Д. Бех, Т.В. Воронцова, В.С. Пономаренко, С.В. Страшко.-К.: Алатон, 2016
18.	Основи здоров'я: Підручник для 9 класу / І.Д. Бех, Т.В. Воронцова, В.С. Пономаренко, С.В. Страшко.-К.: Алатон, 2017.
19.	Сисоєнко, Н. В. Сучасні проблеми ВІЛ/СНІДу та формування толерантного ставлення до ВІЛ –інфікованих: [метод. рек.] / Н. В. Сисоєнко, Н.М. Семенець, С.В. Соколенко; М-во освіти і науки України, Черкас. нац. ун-т ім. Б.Хмельницького, Каф. вікової фізіології та валеології. - Черкаси : Вид. від. ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2009.
20.	Чепига М . П. Стимуляція здоров'я та інтелекту /М .П. Чепига, С. М . Чепига. -К.: Знання, 2006. -346 с.
21.	Чепига М . П. Стимуляція здоров'я та інтелекту /М .П. Чепига, С. М . Чепига. -К.: Знання, 2006. -346 с.
	Щербатых Ю. В. Психология стресса / Ю. В.Щербатых.– М.: Эксмо, 2006.

7. Контактна інформація

Кафедра	Кафедра фізичної терапії, ерготерапії м.Івано-Франківськ, вул. Шевченка, 57 каб. 103 тел. (0342) 59-60-20 https://kfte.pnu.edu.ua kfte@pnu.edu.ua
Викладач	асист. Дідоха Іванна Володимирівна
Контактна інформація викладача	+380986542580 ivanna.didokha@pnu.edu.ua

8. Політика навчальної дисципліни

Академічна доброчесність	Дотримання академічної доброчесності засновується на ряді положень та принципів академічної доброчесності, що регламентують діяльність здобувачів вищої освіти та викладачів університету: ➢ Кодекс честі ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника» ➢ Положення про запобігання академічному плагіату та іншим порушенням академічної доброчесності у навчальній та науково-дослідній роботі студентів ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника».

	➢ Положення про Комісію з питань етики та академічної доброчесності ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника». ➢ Положення про запобігання академічному плагіату у ДВНЗ "Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника". ➢ Склад комісії з питань етики та академічної доброчесності ДВНЗ "Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника". ➢ Лист МОН України "До питання уникнення проблем і помилок у практиках забезпечення академічної доброчесності". Ознайомитися з даними положеннями та документами можна за посиланням: ttps://pnu.edu.ua/положення-про-запобігання-плагіату/
Пропуски занять (відпрацювання)	Можливість і порядок відпрацювання пропущених студентом занять регламентується «Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності студентів ДВНЗ "Прикарпатського національного університету ім. Василя Стефаника " (введено в дію наказом ректора №799 від 26.11.2019) (див. стор. 4.). Ознайомитися з положенням можна за посиланням: ttps://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/
Виконання завдання пізніше встановленого терміну	У разі виконання завдання студентом пізніше встановленого терміну, без попереднього узгодження ситуації з викладачем, оцінка за завдання - «незадовільно», відповідно до «Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності студентів ДВНЗ "Прикарпатського національного університету ім. Василя Стефаника " (введено в дію наказом ректора №799 від 26.11.2019) – стор. 4-5. Ознайомитися із положенням можна за посиланням: https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/
Невідповідна поведінка під час заняття	Невідповідна поведінка під час заняття регламентується рядом положень про академічну доброчесність (див. вище) та може призвести до відрахування здобувача вищої освіти (студента) «за порушення навчальної дисципліни і правил внутрішнього розпорядку вищого закладу освіти», відповідно до п.14 «Відрахування студентів» «Положення про порядок переведення, відрахування та поновлення студентів вищих закладів освіти» - ознайомитися із положенням можна за посиланням: https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/
Додаткові бали	Отримання додаткових балів за дисципліною можливе в разі виконання індивідуальних завдань, попередньо узгоджених з викладачем. Перелік індивідуальних завдань міститься у навчальній програмі до курсу. Також за рішенням кафедри спортивно-педагогічних дисциплін студентам, які брали участь у науково-дослідній роботі (роботі конференцій, студентських наукових гуртків та проблемних груп, підготовці публікацій), а також були учасниками олімпіад, конкурсів, можуть присуджуватися додаткові бали «Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності студентів ДВНЗ "Прикарпатського національного університету ім. Василя Стефаника " (введено в дію наказом ректора №799 від 26.11.2019) – стор. 3.
Неформальна освіта	Можливість зарахування результатів неформальної освіти регламентується «Положенням про порядок зарахування результатів неформальної освіти у ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника» (введено в дію наказом ректора №819 від 29.11.2019) - https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/

Викладач: Дідоха Іванна Володимирівна