

СИЛАБУС
навчальної дисципліни «Сучасні валеологічні технології
(рекреаційні, реабілітаційні та профілактичні)»
 для студентів освітнього рівня «Магістр»
 спеціальності «014 Середня освіта (Здоров'я людини)»
 факультету педагогіки та психології

2020-2021 навчальний рік

<p style="text-align: center;">Назва навчальної дисципліни</p>	<p style="text-align: center;">«СУЧАСНІ ВАЛЕОЛОГІЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ (рекреаційні, реабілітаційні та профілактичні)»</p>
<p>Організація навчання</p>	<p><u>День тижня та час навчання за розкладом:</u> Середа, 15.30–16.50 <u>Викладачі та їх контакти:</u> к.п.н., доц. Білик В.Г. м. Київ, вул. Тургенівська 8/14, 14 поверх, аудиторія 14–3; тел. (044) 486–41–40; ел. адреса kmbvoogz@gmail.com <u>Графік роботи викладача:</u> Понеділок–П'ятниця, 8.00–16.00</p>
<p>Актуальність навчальної дисципліни</p>	<p>В даний час проблема здоров'я і його збереження є однією з найактуальніших, адже від стану здоров'я населення країни залежить благополуччя і розвиток суспільства. Однак в останні десятиріччя спостерігається помітна тенденція до погіршення здоров'я як дорослого населення так і підростаючого покоління. Найбільш вагомими чинниками цього процесу є екологічні проблеми, неякісне харчування, зниження рівня життя сімей, медичного обслуговування, прискорення темпу життя й зростання психологічного та емоційного навантаження. Успіх збереження здоров'я населення країни залежить від соціальних, економічних, науково-технічних чинників, а також значною мірою від якості наданої медичної допомоги та профілактичної діяльності на різних рівнях: державному, медичному, освітньому. Враховуючи зазначене вище, вважаємо, що студенти які навчаються за спеціальністю 14 Середня освіта (Здоров'я людини), як майбутні вчителі шкільного предмету «Основи здоров'я» та майбутні фахівці з валеології повинні опанувати теоретичними знаннями та оволодіти практичними навичками з навчальної дисципліни «Сучасні валеологічні технології (рекреаційні, реабілітаційні та профілактичні)».</p>
<p>Опис навчальної дисципліни</p>	<p>«Сучасні валеологічні технології (рекреаційні, реабілітаційні та профілактичні)» є нормативною дисципліною циклу професійної підготовки студентів, що навчаються за спеціальністю 14 Середня освіта (Здоров'я людини), освітнього рівня «Магістр». Дисципліна вивчається протягом I-II року навчання й передбачає опанування 5 кредитів ECTS (150 годин). Тижневе навантаження складає 8 год на першому році навчання, в тому числі – 2 год. аудиторні заняття та 6 годин – самостійна робота студента та 16 год на другому році навчання, в тому числі – 4 год. аудиторні заняття та 12 годин – самостійна робота студента. Формою підсумкового контролю є екзамен.</p>

Мета та завдання навчальної дисципліни	Підготувати сучасного, всебічно розвинутого та кокурентоспроможного на вітчизняному і зарубіжному ринках праці фахівця, який володів би рекреаційними, реабілітаційними та профілактичними сучасними валеологічними технологіями та умів би застосувувати їх у майбутній професійній діяльності.
Міждисциплінарні зв'язки	«Анатомія людини (нормальна та патологічна)», «Фізіологія людини (нормальна та патологічна)», «Вікова фізіологія», «Основи валеології», «Гігієна», «Основи медичних знань», «Безпека життєдіяльності», «Екологія», «Психологія», «Філософія».
Методи навчання	Лекції із презентаційним супроводом; дискусії, «метод круглого столу», «мозковий штурм», метод-проект, тренінг, лабораторний експеримент, розв'язування ситуаційних задач, тестування.
Очікувані результати навчання	<p><i>Студенти повинні знати:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • наукові обґрунтування сучасних валеологічних технологій; • сучасні стандарти здійснення профілактичних заходів щодо попередження захворюваності серед різних груп населення. • теоретичні основи сучасних валеологічних технологій (рекреаційних, реабілітаційних та профілактичних); • зміст валеологічних технологій відповідно до напрямку застосування; • сучасні вимоги до фахівця в контексті застосування валеологічних технологій. <p><i>Студенти повинні вміти:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • формулювати гіпотези щодо впливу різних внутрішніх та зовнішніх чинників на стан здоров'я людини; • розрізняти валеологічні технології за їх специфічними ознаками; • аналізувати та критично оцінювати показання та протипоказання до застосування сучасних валеологічних технологій; • встановлювати пріоритетність серед сучасних валеологічних технологій для конкретного захворювання; • трактувати значущість сучасних валеологічних технологій як для профілактики порушень так і для збереження здоров'я особистості; • організувати та провести оздоровчо-профілактичну роботу з різними групами населення; • використовувати нормативно-інструктивну документацію МОЗ України щодо проведення профілактичних та оздоровчих заходів. <p><i>Студенти повинні набути компетентностей:</i></p> <p><u>Загальних:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу, здатність вчитися; • здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях; • знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності; • здатність приймати обґрунтоване рішення; працювати в команді; навички міжособистісної взаємодії; • здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово; • навички використання інформаційних і комунікаційних

	<p>технологій;</p> <ul style="list-style-type: none"> • здатність діяти соціально відповідально та свідомо. <p><u>Спеціальних:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • здатність використання сучасні валеологічних технології під час оздоровлення дітей і підлітків; • здатність використання сучасні валеологічних технології для реабілітації хворих з різними типами патологій; • здатність проводити здоров'язбережувальну та здоров'яформувальну діяльність у закладах освіти; • здатність проводити профілактичні заходи щодо збереження індивідуального здоров'я людини; • здатність до оцінювання впливу навколишнього середовища, соціально-економічних та біологічних чинників на стан здоров'я особистості.
<p>Тематичний план навчальної дисципліни</p>	<p><u>Теоретична підготовка:</u></p> <p>Тема 1. Валеологічні технології як запорука збереження індивідуального здоров'я людини.</p> <p>Тема 2. Інтегративний підхід до управління здоров'ям.</p> <p>Тема 3. Мудрість здоров'я: культура і спосіб життя.</p> <p>Тема 4. Екологічна культура в системі здоров'яформувальної діяльності.</p> <p>Тема 5. Принципи організації здоров'язбережувальної діяльності у закладах освіти.</p> <p>Тема 6. Сучасні рекреаційні технології.</p> <p>Тема 7. Ресурсно-рекреаційний фонд України.</p> <p>Тема 8. Сучасні підходи до реабілітації хворих з різними типами патологій.</p> <p>Тема 9. Профілактичні заходи як частина цілісного погляду на сутність індивідуального здоров'я людини.</p> <p>Тема 10. Особливості використання сучасних валеологічних технологій під час оздоровлення дітей і підлітків в період шкільних канікул.</p> <p><u>Практична підготовка:</u></p> <p>Тема 1. Науково-методичний контент здоров'язбережувальної діяльності у закладах освіти.</p> <p>Тема 2. Валеологічні технології (оздоровчі технології) стародавньої Греції.</p> <p>Тема 3. Валеологічні технології (оздоровчі технології) стародавнього Риму.</p> <p>Тема 4. Валеологічні технології (оздоровчі технології) стародавнього Сходу.</p> <p>Тема 5. Валеологічні технології (оздоровчі технології) стародавніх слов'ян та скіфів</p> <p>Тема 7. Сучасні оздоровчі традиції сходу та валеологічні технології заходу.</p> <p>Тема 8. Народна медицина в системі національної культури оздоровлення.</p> <p>Тема 9. Особливості використання сучасних валеологічних технологій в процесі реабілітації хворих з порушенням функцій опорно-рухового</p>

	<p>апарату.</p> <p>Тема 10. Особливості використання сучасних валеологічних технологій в процесі реабілітації хворих після перенесених інсультів.</p> <p>Тема 11. Особливості використання сучасних валеологічних технологій в процесі реабілітації хворих з порушенням функцій травної системи.</p> <p>Тема 11. Особливості використання сучасних валеологічних технологій в процесі реабілітації хворих з порушенням функцій серцево-судинної системи.</p> <p>Тема 11. Особливості використання сучасних валеологічних технологій в процесі реабілітації хворих з порушенням функцій дихальної системи.</p> <p>Тема 11. Особливості використання сучасних валеологічних технологій в процесі реабілітації хворих з порушенням функцій видільної системи.</p> <p>Тема 11. Особливості використання сучасних валеологічних технологій під час оздоровлення дітей і підлітків в осінньо-зимовий період.</p> <p>Тема 11. Особливості використання сучасних валеологічних технологій під час оздоровлення дітей і підлітків в весняно-літній період.</p> <p><u>Самостійна підготовка:</u> Розроблення індивідуальних навчально-дослідних проектів.</p>
<p>Навчальні ресурси</p>	<p><i>Основні літературні джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Гримблат С.О. Зайцев В.П, Крамской С.И. Здоровьесберега-ющие технологии в подготовке специалистов Харків : «Колегіум», 2005. 2.Лозинский В.С. Учитесь быть здоровыми. К.: Центр здоров'я, 1993. 3. Лозинський В.С. Техніки збереження здоров'я. К.: Главник, 2008. <p><i>Додаткові літературні джерела</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Білик В.Г. Формування готовності майбутніх учителів до здоров'яформувальної діяльності у початковій школі.: дис. на здобуття наук ступеня канд. пед. наук: спец. 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти». Київ, 2016. 2. Махов В.Я. Теорія і методика навчання рекреаційних і спортивних ігор: навчальний посібник. Київ, 1996. 3. Неумывакин И.П., Неумывакина Л. С. Эндоекология здоровья. СПб.: Издательство «ДИЛЯ», 2005. 4. Приступа Є.Н., Пилат В.С. Традиції національної фізичної культури. Львів: Троян,1991. 5. Тимошенко О.В., Мішаровський Р.М., Махов В.Я. Основи теорії та методики викладання спортивних і рекреаційні ігор: навчально-методичний посібник. К.,2003.. <p><i>Електронні ресурси</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. https://vseosvita.ua/library/zdorovazberigauci-tehnologii-matinka-priroda-98438.html 2. http://hnpu.edu.ua/sites/default/files/files/Kaf_zdor_ta_korr_os/Zagalna_teoriya_zdorovia_i_zdorviazberennja.pdf

<p>Політика курсу</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Студент повинен вчасно приходити на заняття; • У випадку пропуску 50, або більше % практичних (лабораторних) занять без поважної причини, які не були попередньо відпрацьовані, студент не буде допущений до підсумкового контролю (екзамену); • Студент повинен добросовісно готуватися до усіх видів поточного, модульного та підсумкового контролю; • Студент має брати активну участь на практичних (лабораторних) заняттях; • Студент повинен бути толерантним у спілкуванні з викладачем та іншими студентами, зокрема під час обговорення дискусійних питань на заняттях; • Студент може відпрацювати будь-яке пропущене з поважної причини заняття чи вид контролю; • Заборонено користування мобільним телефоном, планшетом чи іншими мобільними пристроями під час опитування та виконання письмових завдань. Проте користування зазначеними гаджетами під час практичних, індивідуальних та семінарських завдань дозволяється. • У випадку порушення норм академічної доброчесності під час виконання завдань поточного, модульного чи підсумкового контролю, студент отримає «0» балів. • Якщо студент має претензії до викладача через оцінювання, якість надання послуг тощо, спершу треба повідомити про це самого викладача; якщо проблему не вдалося вирішити, студент має право звернутися до завідувача кафедри чи керівництва факультету; • Студент повинен неухильно дотримуватися правил внутрішнього розпорядку навчального закладу; інших видів політики, передбаченої нормативними документами, що регулюють навчальний процес у ЗВО.
<p>Критерії оцінювання та розрахунок рейтингових балів</p>	<p><u>Поточний контроль</u> рівня засвоєння навчального матеріалу проводиться шляхом опитування студентів на практичних та лабораторних заняттях та захисту виконаного практичного завдання.</p> <p><u>Контроль самостійної роботи студентів</u> здійснюється під час захисту виконаного студентом індивідуального навчально-дослідного проекту.</p> <p><u>Підсумковий контроль</u> рівня засвоєння навчального матеріалу проводиться шляхом виконання студентами письмових контрольних робіт за темами модулів.</p> <p><u>Загальний рейтинговий бал</u> складається з суми семестрових рейтингових балів, а саме: відповідь студента на лабораторному/практичному занятті (загальний семестровий рейтинг 44 бали); захист лабораторної (практичної) роботи (загальний семестровий рейтинг 44 бали); захист індивідуального навчально-дослідного проекту (семестровий рейтинг 12 балів); підсумкове тестування (семестровий рейтинг 100 балів)., екзаменаційна оцінка (рейтинг 100 балів). Коефіцієнт перерахунку 1/3.</p> <p><u>Нормативний рейтинговий бал</u> – 100</p>