



## ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «ЗАГАЛЬНА ТЕОРІЯ ЗДОРОВ'Я»

1. Код: *ВВ 1.2.*
2. Назва: «ЗАГАЛЬНА ТЕОРІЯ ЗДОРОВ'Я».
3. Тип: *обов'язковий.*
4. Рівень вищої освіти: *I (бакалаврський).*
5. Рік навчання, коли пропонується дисципліна: *3, 4.*
6. Семестр, коли вивчається дисципліна: *5, 7.*
7. Кількість встановлених кредитів ЄКТС: *4.*
8. Прізвище, ініціали лектора/лекторів, науковий ступінь, посада: *Подолька П. С., кандидат медичних наук, доцент кафедри медико-психологічних дисциплін.*
9. Результати навчання: *після вивчення дисципліни студент повинен бути здатним: застосовувати теоретичні знання і використовувати практичні навички у загальній теорії здоров'я сучасної людини, вплив на стан здоров'я рухової активності, харчування, режиму дня, загартовування, шкідливих звичок і залежностей, екологічних чинників, генетичних факторів, а також проведений аналіз теоретичних і методологічних основ у підготовці фахівців з оздоровлення.*
10. **Форми організації занять:** *навчальні заняття, самостійна робота, практична підготовка, курсова робота, залік.*
11. **Дисципліни, що передують вивченню зазначеної дисципліни:** *«Анатомія людини», «Фізіологія людини», «Гігієна», «Валеологія».*
12. **Зміст курсу:** *(перелік тем): 1. Сутність поняття «здоров'я» в практиці оздоровлення організму людини. Проблеми рухової активності. 2. Здорове харчування. Шкідливий вплив сучасного харчування. Біологічні ритми людського організму. 3. Фізіологічні механізми загартовування. Основні принципи загартовування. Спеціальні загартовуючі процедури. 4. Розповсюдження і вплив хімічних залежностей. Профілактика шкідливих звичок і залежностей. 5. Екологія людини як міждисциплінарна наука. Механізм адаптації людського організму до навколишнього середовища. 6. Людина як генетичний об'єкт. Спадкові хвороби. 7. Фармакологія як наука. Взаємодія лікарського засобу та організму. Вплив фармакології на стан здоров'я. 8. Феномен здоров'я у сучасному культурно-освітньому просторі. Методологічна концепція процесу оздоровлення.*
13. **Рекомендовані навчальні видання:**
  1. Амосов Н. М. *Енциклопедія Амосова. Алгоритм здоров'я. Человек и общество* / Н. М. Амосов. – Донецьк : Сталкер, 2002. – 464 с.
  2. Валецька Р. О. *Основи валеології : Підручник* / Р. О. Валецька. – Луцьк : Волинська книга, 2007. – 348 с.
  3. Грибан В. Г. *Валеологія : Підручник* / В. Г. Грибан. – К. : Центр учбової літератури, 2008. – 214 с.
  4. Міхеєнко О. І. *Підготовка майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій : теоретико-методичні аспекти* / О. І. Міхеєнко. – Суми : ВТД «Університетська книга», 2015. – 316 с.
  5. Романенко Я. М. *Якість життя : навч.-метод. посіб.* / Я. М. Романенко, Ю. О. Лянной. – Суми : Вид-во СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2011. – 100 с.
14. **Заплановані види навчальної діяльності та методи викладання:**  
*16 год. лекцій, 36 год. лабораторних робіт, 72 год. самостійної роботи, залік. Разом – 120 год.*  
*Методи: лекції з використанням активних методів викладання і елементів проблемності, лабораторні заняття у формі (презентація, обговорення, комунікативний метод, тематичні дослідження, індивідуальні заняття).*
15. **Форми та критерії оцінювання:**  
*Оцінювання здійснюється за 100-бальною шкалою.*  
*Поточний контроль (100 балів): тестування, опитування, підсумковий контроль, модульний контроль.*  
*Підсумковий контроль: залік в кінці 5 та 7 семестрах.*
16. **Мова викладання:** *українська.*



## DESCRIPTION OF THE TRAINING DISCRIMINATION "GENERAL HEALTH THEORY "

1. **Code:** *B.B 1.2.*
2. **Title:** *"GENERAL HEALTH THEORY".*
3. **Type :** *obligatory.*
4. **Higher education level:** *I (bachelor's).*
5. **Year of study offered:** *3, 4 .*
6. **Semester when studied discipline:** *5, 7.*
7. **Number of ECTS credits established:** *4..*
8. **Name and surname of the lecturer / lecturers, academic degree, position:** *Podolyaka P. S., for andydat medical sciences , associate professor of medicalp psychology disciplines*
9. **Learning outcomes:** *After studying the discipline, the student should be able to: apply theoretical knowledge and practical skills used in the general theory HEALTH modern human impact on the health of physical activity, diet, daily regimen, temper, bad habits and addictions, environmental factors, genetic factors, and analysis of theoretical and methodological basics in training health professionals.*
10. **Forms of the organization of classes:** *educational classes, independent work , practical preparation, course work; credit.*
11. **Disciplines that precede the study of the specified discipline:** *"Anatomy of a person", "Human physiology", "Hygiene", "Valeology".*
12. **Course contents:** *(list of topics): 1. The essence of the concept of "health" in the practice of healing the organism l of Judas . Problems of motor activity. 2. Healthy eating .The harmful effects of modern nutrition . Biological rhythms of the human body . 3. Physiological mechanisms of quenching . Basic principles of hardening . Special Hardening Procedures .4. Propagation and influence of chemical dependencies . Prevention of bad habits and addictions .5. Human ecology as an interdisciplinary science . The mechanism of adaptation of the human body to the environment Environment . 6. Man as a genetic object . Hereditary diseases. 7. Pharmacology as a science . Drug-body interaction . The impact of pharmacology on health. 8. The phenomenon of health in the modern cultural and educational space . Methodological concept of the healing process.*
13. **Recommended educational publications:**
  1. Amosov NM Amosov's Encyclopedia. Health algorithm. Man and Society / N. M Amosov. - Donetsk : Stalker , 2002. - 464 p.
  2. Valetska R.O. Basics valeology : P idruchnyk / RO Valetska . - Lutsk : Volyn Book, 2007. - 348 p.
  3. Hryban V.G. Valeologiya : P idruchnyk / V. G Hryban . - K .: Center for Educational Literature , 2008. - 214 p.
  4. Miheyenko O. P. Idhotovka future professionals of health rights to use zdorov'yazmitsnyuvalnyh technologies : theoretical and methodological aspects / O. I. Micah Enko . - Sums : VTD "University Book", 2015. - 316 p.
  5. Romanenko J.M. Quality of life : teach .- method. tool . / Ya. M. Romanenko, Yu. O. Liannai . - Sumy : Sum - DSPU them . A. Makarenko , 2011. - 100 p.
14. **Planned learning activities and teaching methods:**

*16 years lectures, 36 hours laboratory work, 72 hours. independent work, credit. Total - 120 h.*  
*Methods: lectures with the use of active teaching methods and elements problematic, laboratory classes in the form (presentation, discussion, communicative method, case studies, individual sessions).*
15. **Assessment forms and criteria:**

*The evaluation is performed on a 100-point scale.*  
*Current control (100 points): testing, polls, final control, modular control.*  
*Final control: Written credit at the end of the semeste 5, 7.*
16. **Language of instruction:** *Ukrainian.*