

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ПОЛТАВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ АГРАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Кафедра механічної та електричної інженерії

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
міжфакультетська вибіркова навчальна дисципліна

СУЧАСНІ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧІ ТЕХНОЛОГІЇ В ДІЯЛЬНОСТІ
ЛЮДИНИ

Розробник: Опара Надія, професор, к.с.-г.н., доцент

Полтава 2023 р.

Форма опису навчальної дисципліни та інформація про розробника

Назва навчальної дисципліни	Сучасні здоров'язберігаючі технології в діяльності людини
Місце в індивідуальному навчальному плані здобувача вищої освіти	Міжфакультетська вибіркова навчальна дисципліна
Назва структурного підрозділу	Кафедра механічної та електричної інженерії
Контактні дані розробників, які залучені до виконання	<i>Викладачі:</i> Опара Надія, к.т.н., доцент <i>Контакти:</i> ауд. 343А (навчальний корпус №3) <i>Телефон/факс:</i> (0532) 60 98 61 <i>e-mail:</i> nadiia.opara@pdaa.edu.ua
Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський) рівень Другий (магістерський) рівень*
Попередні умови для вивчення навчальної дисципліни	Основи безпеки життєдіяльності

*для галузі знань 21 Ветеринарна медицина

Заплановані результати навчання:

Мета вивчення навчальної дисципліни: забезпечення у здобувачів вищої освіти формування культури здоров'я та оволодіння практичними навичками рішення проблеми здоров'язбереження; підвищення професійної освіти в питаннях здоров'язбереження при застосуванні різноманітних технологій навчання.

Основні завдання навчальної дисципліни: набуття здобувачами вищої освіти знань, умінь і здібностей (компетенцій) теоретичних представлень основ здоров'язбереження і їх застосування в діяльності.

Компетентності:

Загальні:

1. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями вміння виявляти, формулювати та вирішувати проблеми.
2. Здатність до практичного застосування знань та оволодіння сучасними знаннями.
3. Здатність застосовувати отримані знання в практичних ситуаціях, виявляти, ставити та вирішувати завдання у сфері професійної діяльності.
4. Уміння критично оцінювати явища ситуації, діяльність осіб, спираючись на отримані знання.

Фахові:

1. Здатність володіти знаннями про здоров'я людини та факторами, що впливають на функціонування і підтримку здоров'я.
2. Здатність мотивувати людей до здорового способу та стилю життя, як у повсякденній так і в професійній діяльності.
3. Здатність оволодіння технологіями сучасних оздоровчих систем та нетрадиційними методами оздоровлення людини.

4. Здатність володіти методами нетрадиційного оздоровлення у професійній діяльності та повсякденному житті.
5. Здатність володіти загальними правилами особистої гігієни.
6. Здатність оволодіти методами розрахунків індивідуальних біоритмів людини.
7. Здатність вивчити класифікацію нетрадиційних методів оздоровлення людини.

Результати навчання:

РН 7. Демонструвати знання сучасного рівня та новітніх технологій у різних галузях для їхнього упровадження у професійній діяльності та вирішенні фахових завдань.

Програма та структура навчальної дисципліни Структура (тематичний план) навчальної дисципліни

Назви тем	Кількість годин				
	усього	у тому числі			
		л	п	лаб	с.р
Тема 1. Здоров'я людини та фактори що впливають на формування і підтримку здоров'я.	10	2	2		6
Тема 2. Класифікація та загальні характеристики нетрадиційних методів оздоровлення людини.	12	2	2		8
Тема 3. Життєдіяльність людини за біоритмами.	12	2	2		8
Тема 4. Правильний та ефективний догляд за тілом людини у відповідності з видом діяльності.	12	2	2		8
Тема 5. Фітотерапія для підтримки високої працездатності людини.	12	2	2		8
Тема 6. Кольоротерапія, музикотерапія, звукотерапія, ігротерапія, аромотерапія, вітамінотерапія.	12	2	2		8
Тема 7. Пісочна терапія, літотерапія, стоунтерапія, металотерапія, анімалотерапія (іпотерапія, дельфінотерапія, інші види зоотерапії), світлотерапія та геліотерапія.	12	2	2		8
Тема 8. Фізіотерапія, релаксація, психогімнастика, дихальна гімнастика, повітряні ванни, загартовування, масаж та самомасаж.	8	2			6
Усього годин	90	16	14		60

Оцінювання результатів навчання Форми контролю результатів навчання

Результати навчання	Форма оцінювання			Разом
	Виконання вправ на практичних заняттях	Виконання завдань самостійної роботи	Підсумкова контрольна робота	
РН 6	56	32	12	100
Разом	56	32	12	100

Форма семестрового знань здобувачів вищої освіти згідно з робочим та навчальним планом є: залік.

Схема нарахування балів з навчальної дисципліни (денна)

Назва теми	Форми контролю результатів навчання здобувачів вищої освіти			Разом
	Виконання вправ на практичних завдань	Підсумкова контрольна робота	Виконання завдань самостійної роботи	
Тема 1. Здоров'я людини та фактори що впливають на формування і підтримку здоров'я.	8		4	12
Тема 2. Класифікація та загальні характеристики нетрадиційних методів оздоровлення людини.	8		4	12
Тема 3. Життєдіяльність людини за біоритмами.	8		4	12
Тема 4. Правильний та ефективний догляд за тілом людини у відповідності з видом діяльності.	8		4	12
Тема 5. Фітотерапія для підтримки високої працездатності людини.	8		4	12
Тема 6. Кольоротерапія, музикотерапія, звукотерапія, іротерапія, аромотерапія, вітамінотерапія.	8		4	12
Тема 7. Пісочна терапія, літотерапія, стоунтерапія, металотерапія, анімалотерапія (іпотерапія, дельфінотерапія, інші види зоотерапії), світлотерапія та геліотерапія.	8		4	12
Тема 8. Фізіотерапія, релаксація, психогімнастика, дихальна гімнастика, повітряні ванни, загартовування, масаж та самомасаж.			4	4
Підсумкова контрольна робота		12	12	
Разом	56	12	32	100

Форми, шкала та критерії оцінювання результатів навчання при проведенні поточного контролю успішності здобувачів вищої освіти:

- виконання вправ на практичних заняттях (0-8);

Критерії оцінювання виконання вправ на практичних заняттях (0-8)

Бали	Критерії оцінювання навчальних досягнень
7-8	Висока активність при виконанні вправ на практичних заняттях, здобувач вищої освіти приймав участь у дискусії проявив творчий підхід до розгляду питань, продемонстрував знання сучасного рівня та новітніх технологій у різних галузях для їхнього упровадження у професійній діяльності та вирішенні фахових завдань.
4-6	Середня активність при виконанні вправ на практичних заняттях, здобувач вищої освіти приймав участь у дискусії проявив творчий підхід до розгляду питань, продемонстрував знання сучасного рівня та новітніх технологій у різних галузях для їхнього упровадження у професійній діяльності та вирішенні фахових завдань.
1-3	Низька активність при виконанні вправ на практичних заняттях, здобувач вищої освіти приймав участь у дискусії, продемонстрував знання сучасного рівня та новітніх технологій у різних галузях для їхнього упровадження у професійній діяльності та вирішенні фахових завдань.

0	Здобувач вищої освіти не приймав участь у дискусії, не проявив знання сучасного рівня та новітніх технологій у різних галузях для їхнього упровадження у професійній діяльності та вирішенні фахових завдань.
---	---

- виконання самостійної роботи (0-4);

Критерії оцінювання виконання самостійної роботи (0-4)

Бали	Критерії оцінювання навчальних досягнень
3-4	Здобувач вищої освіти представив конспект з самостійної роботи в якому він змістовно і вичерпно відповів на поставлені питання і продемонстрував знання сучасного рівня та новітніх технологій у різних галузях для їхнього упровадження у професійній діяльності та вирішенні фахових завдань.
1-2	Здобувач вищої освіти представив конспект з самостійної роботи в якому він змістовно і вичерпно відповів на поставлені питання і продемонстрував знання сучасного рівня та новітніх технологій у різних галузях для їхнього упровадження у професійній діяльності та вирішенні фахових завдань.
0	Здобувач вищої освіти не представив конспект із виконанням самостійних робіт викладачеві, що не дає можливість оцінити формування компетентностей та отримання програмних результатів навчання у здобувача вищої освіти

- підсумкова контрольної роботи (1-12);

Критерії оцінювання виконання підсумкової контрольної роботи (1-12)

Бали	Критерії оцінювання навчальних досягнень
12	Здобувач вищої освіти змістовно і вичерпно відповів на поставлені питання і продемонстрував знання сучасного рівня та новітніх технологій у різних галузях для їхнього упровадження у професійній діяльності та вирішенні фахових завдань.
8	Здобувач вищої освіти в основному відповів на всі поставлені запитання, але допустив незначні помилки при відповіді, продемонстрував знання сучасного рівня та новітніх технологій у різних галузях для їхнього упровадження у професійній діяльності та вирішенні фахових завдань.
4	Здобувач вищої освіти не повністю розкрив зміст окремих положень чи питань, продемонстрував знання сучасного рівня та новітніх технологій у різних галузях для їхнього упровадження у професійній діяльності та вирішенні фахових завдань.
1	Здобувач вищої освіти поверхнево відповів на поставлені запитання, прийняв невірне рішення, не розкрив суті питання. Показав недостатній рівень здатності знання сучасного рівня та новітніх технологій у різних галузях для їхнього упровадження у професійній діяльності та вирішенні фахових завдань.

Трудомісткість:

Загальна кількість годин –90 год.

Кількість кредитів – 3,0

Форма семестрового контролю – залік.

Політика навчальної дисципліни

Політика навчальної дисципліни визначається системою вимог, які викладач пред'являє до здобувача вищої освіти при вивченні дисципліни та ґрунтується на засадах академічної доброчесності.

Вимоги можуть стосуватися:

- відвідування занять (неприпустимість пропусків, запізень і т.п.);

- правил поведінки на заняттях (активну участь, виконання необхідного мінімуму навчальної роботи, відключення телефонів та ін.);

- заохочень та стягнень (за що можуть нараховуватися або відніматися бали.

Політику навчальної дисципліни вибудовується з урахуванням норм законодавства України щодо академічної доброчесності, положень ПДАУ та інших нормативних документів.

Додаткові матеріали для представлення навчальної дисципліни:

Презентації, відеоролики.

Рекомендовані джерела інформації

Основні

1. Єжова О. Здоровий спосіб життя: навч. посіб. Київ: Університетська книга, 2017р. 127 с.
2. Якобчук А.В., Курик О.І. Основи медичної валеології: навч. посіб. Вид 2-ге. Київ: Ліра, 2017 р. 244 с.
3. Стасюк О.М., Кіндзер Б.М. Основи нетрадиційних методів оздоровлення: навч. посіб. Л: ЛДУФК. 2011. 188 с.

Допоміжні

1. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві/ Волин. Нац. Ун-т ім. Лесі Українки. Луцьк, 2021. №2 (54). – 148 с.
2. Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2015 року «Рухова активність здоровий спосіб життя здорова нація»
URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/42/2016#Text>
3. Сучасні оздоровчо-реабілітаційні технології: Збірник наук. праць – Луцький інститут розвитку людини Університету «України». 2006. №2. С. 242.

Інформаційні ресурси мереж Інтернет

1. Офіційний сайт Міністерства освіти і науки України. URL: <https://mon.gov.ua/ua>
2. Офіційний портал Верховної Ради України. URL: <https://rada.gov.ua/>
3. Офіційне інтернет-представництво Президента України.
URL: <https://www.president.gov.ua/>.

