

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Центральноукраїнський державний університет імені Володимира Винниченка

Факультет інформаційних технологій, математики та природничих наук
Кафедра природничих наук та методик викладання

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

В.о. завідувача кафедри



Боброва М.С.

«28» серпня 2025 року



РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ППН 03 ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ (іноземною мовою)

(шифр і назва навчальної дисципліни)

Рівень вищої освіти: перший (бакалаврський)

Галузь знань: 01 Освіта/Педагогіка

(шифр, назва галузі)

Спеціальність: 014 Середня освіта (Біологія та здоров'я людини)

(шифр і назва спеціальності)

Освітня програма Середня освіта (Біологія та здоров'я людини, Хімія)

(назва)

Форма навчання денна

(денна, заочна,)

2025 – 2026 навчальний рік

Робоча програма навчальної дисципліни Здоров'я людини (іноземною мовою)
(назва навчальної дисципліни)
 розроблена на основі освітньо-професійної програми Середня освіта (Біологія та здоров'я людини, Хімія)
(назва ОПП),
 навчального плану підготовки здобувачів вищої освіти освітнього ступеня перший (бакалаврський) за спеціальністю A4 Середня освіта (Біологія та здоров'я людини)
(шифр і назва спеціальності)

Розробники: Дефорж Ганна Володимирівна (професор кафедри природничих наук та методик викладання, д.і.н., професор)

(вказати авторів, їхні посади, наукові ступені та вчені звання)

Робочу програму обговорено та схвалено на засіданні кафедри природничих наук та методик викладання

Протокол від «28» серпня 2025 року № 1

В.о. завідувача кафедри природничих наук та методик викладання

(підпис)

Боброва М.С.

(прізвище та ініціали)

Робоча програма навчальної дисципліни Здоров'я людини (іноземною мовою) для студентів спеціальності 014 Середня освіта (Біологія та здоров'я людини) за першим (бакалаврським) рівнем вищої освіти. – ЦДУ імені В. Винниченка, 2025. – 21 с.

© Дефорж Г.В., 2025 рік

© ЦДУ імені В. Винниченка, 2025 рік

1. ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

1.1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 4,5	Галузь знань 01 Освіта/Педагогіка <hr/> (шифр і назва)	Нормативна	
Індивідуальне навчально-дослідне завдання -	Спеціальність: 014 Середня освіта (Біологія та здоров'я людини) <hr/> (шифр і назва)	Рік підготовки	
		3-й	
Загальна кількість годин – 135	Середня освіта (Біологія та здоров'я людини, Хімія) <hr/> (шифр і назва)	Семестр	
		5-й	
Тижневих годин для денної форми навчання: 4 аудиторних – 60 самостійної роботи студента – 75	Рівень вищої освіти: <u>бакалавр</u>	Лекції	
		30 год.	
		Практичні, семінарські:	
		30 год.	
		Лабораторні:	
		Самостійна робота:	
		75 год.	
		Індивідуальні завдання:	
		-	
Вид контролю:			
Екзамен			

1.2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Освоєння дисципліни дозволить майбутнім педагогам активно та свідомо брати участь в роботі з охорони здоров'я дітей та підлітків і створенню оптимальних умов для виховання фізично та розумово розвинутого покоління.

Мета курсу – розкрити теоретичні питання науки про здоров'я, обґрунтувати заходи щодо збереження, зміцнення, розвитку і управління здоров'ям дітей і підлітків шкільного віку, створити стійку мотивацію щодо дбайливого ставлення до власного здоров'я, сприяти формуванню наукового світогляду та навчити комплексу оздоровчих умінь і навичок, механізмів організації життєдіяльності на принципах здорового способу життя. Освоєння дисципліни дозволить майбутнім педагогам активно та свідомо брати участь в роботі з охорони здоров'я дітей та

підлітків і створенню оптимальних умов для виховання фізично та розумово розвинутого покоління.

Завдання курсу – визначення факторів, які впливають на здоров'я: біологічні задатки і можливості, соціальне середовище, екологічні умови; формування «психології» здоров'я, мотивації до корекції способу життя індивідом із метою закріплення здоров'я; реалізація індивідуальних оздоровчих програм, первинної та вторинної профілактики захворювань, оцінка ефективності оздоровчих заходів. Студент повинен мати навички зі здійснення лікарської допомоги при травмах, отруєннях, враженнях електричним струмом, роботи в системі профілактичних (фізіологічних і санітарно-гігієнічних) і соціальних заходів по збереженню здоров'я дітей та підлітків.

У результаті вивчення навчальної дисципліни у студента мають бути сформовані такі **компетентності**:

загальні	фахові
<p>ЗК2. Здатність узагальнювати основні категорії предметної області в контексті загальноісторичного процесу.</p> <p>ЗК3. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.</p> <p>ЗК4. Здатність працювати в команді.</p> <p>ЗК5. Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.</p> <p>ЗК6. Здатність спілкуватися іноземною мовою.</p> <p>ЗК7. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.</p> <p>ЗК8. Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.</p> <p>ЗК10. Здатність до адаптації та дії в новій ситуації.</p>	<p>ФК 2. Володіння основами цілепокладання, планування та проектування процесу навчання учнів.</p> <p>ФК 8. Здатність використовувати біологічні поняття, закони, концепції, вчення й теорії біології для пояснення та розвитку в учнів розуміння цілісності та взаємозалежності живих систем і організмів.</p> <p>ФК 9. Здатність розуміти й уміти пояснити будову, функції, життєдіяльність, розмноження, класифікацію, походження, поширення, використання живих організмів і систем усіх рівнів організації.</p> <p>ФК 10. Здатність розкривати сутність біологічних явищ, процесів і технологій, розв'язувати біологічні задачі.</p> <p>ФК 11. Здатність здійснювати безпечні біологічні дослідження в лабораторії та природних умовах, інтерпретувати результати досліджень.</p> <p>ФК 15. Здатність розуміти й застосовувати базові знання з медико-біологічних дисциплін для обрання ефективних шляхів і способів збереження, зміцнення та відновлення здоров'я людини.</p> <p>ФК 16. Здатність застосовувати валеологічні методи оцінки й моніторингу стану здоров'я людини.</p> <p>ФК 17. Здатність аналізувати спосіб життя особи та його вплив на здоров'я, створювати рекомендації щодо раціоналізації здорового способу життя.</p> <p>ФК 18. Здатність розробляти здоров'язбережувальні програми, добирати адекватні методи й засоби оздоровлення, реалізовувати відповідні вміння в освітньому процесі закладів середньої освіти.</p> <p>ФК 19. Уміння складати харчовий раціон із урахуванням реальних можливостей і користі</p>

	<p>для здоров'я; обізнаність щодо методів визначення й збереження високої якості харчових продуктів.</p> <p>ФК 20. Розуміння тенденцій у сучасній освіті та вміння прогнозувати наслідки педагогічної, здоров'язбережувальної та фізкультурно-оздоровчої діяльності.</p> <p>ФК 21. Здатність здійснювати професійні функції у процесі інклюзивного навчання, адекватно добирати засоби й методи навчання для осіб з обмеженими можливостями здоров'я, створювати умови для їх розвитку і саморозвитку, повноцінної соціалізації з допомогою здоров'язбережувальних технологій.</p> <p>ФК 22. Здатність планувати та передбачувати результати оздоровчо-реабілітаційної та рекреаційної роботи в закладах загальної середньої і позашкільної освіти учнівської молоді.</p>
--	---

1.3. Очікувані програмні результати навчання:

ПРН 1. Знає історичні етапи розвитку предметної області.

ПРН 3. Знає та розуміє принципи, форми, сучасні методи, методичні прийоми навчання предмета в закладах загальної середньої освіти (рівень базової середньої освіти).

ПРН 5. Оперує базовими категоріями та поняттями спеціальності.

ПРН 7. Застосовує міжнародні й національні стандарти та досвід у професійній діяльності.

ПРН 13. Знає біологічну термінологію і номенклатуру, розуміє основні концепції, теорії та загальну структуру біологічної науки.

ПРН 14. Знає будову та основні функціональні особливості підтримання життєдіяльності живих організмів.

ПРН 15. Знає сучасну систему живих організмів та методологію систематики, теоретичні засади біогеографії.

ПРН 18. Знає роль живих організмів та біологічних систем різного рівня у житті суспільства, їх використання, охорону, відтворення.

ПРН 20. Уміє застосовувати знання сучасних теоретичних основ біології для пояснення будови й функціональних особливостей організмів на різних рівнях організації живого, їхню взаємодію, взаємозв'язки, походження, класифікацію, значення, використання та поширення.

ПРН 21. Виконує експериментальні польові та лабораторні дослідження, інтерпретує результати досліджень.

ПРН 22. Уміє виготовляти біологічні препарати, колекції, гербарії.

ПРН 23. Характеризує живі організми й системи різного рівня з використанням методів сучасної біології, володіє різними методами розв'язування задач з біології.

ПРН 24. Розуміє і характеризує стратегію сталого розвитку та розкриває сутність взаємозв'язків між довкіллям і людиною; знає провідні принципи функціонування екосистем, оцінює вплив екологічних факторів на здоров'я людини.

ПРН 26. Застосовує термінологію, засоби оцінки рівня складових здоров'я людини (фізичної, психічної, соціальної й духовної).

ПРН 28. Застосовує базові знання з медико-біологічних дисциплін з метою розкриття норми та адаптації до фізичних навантажень, негативного впливу довкілля на здоров'я людини.

ПРН 29. Пояснює гігієнічні основи раціонального харчування; гігієнічні особливості занять руховою активністю людей різних вікових груп.

ПРН 30. Знає, розуміє і застосовує у професійній діяльності теоретичні й методичні засади організації занять здоров'язбережувальної спрямованості в закладах загальної середньої та позашкільної освіти.

ПРН 31. Описує основні ознаки невідкладних станів та захворювань різних систем організму людини; уміє надавати першу допомогу під час морфо-функціональних порушень різних систем організму людини та променевих уражень й уражень отруйними речовинами; виявляє основні ознаки різних інфекційних захворювань та демонструє здатність надавати першу допомогу постраждалим.

ПРН 32. Самостійно вимірює антропометричні, фізіометричні й функціональні показники за допомогою апаратної та інструментальної діагностики, використовує біоетичні принципи проведення валеологічних експериментів.

ПРН 33. Створює індивідуальні оздоровчі програми, застосовує методи валеологічної профілактики та оздоровлення, здоров'язбережувальні технології.

ПРН 34. Розробляє навчально-методичні матеріали (робочі програми, навчально-тематичні плани) на основі освітнього стандарту та типових програм з урахуванням виду освітньої установи, особливостей класу / групи, окремих учнів.

ПРН 35. Комбінує педагогічні, медико-біологічні, інформаційні технології з метою формування здорового способу життя, розвитку здоров'язбережувальних умінь і навичок, розвитку фізичних якостей у представників різних груп населення; самостійно розробляє методики й технології для інтегрального гармонійного розвитку людини.

ПРН 36. Дотримується педагогічної етики, поважає гідність дітей, навчає їх захищатися від фізичного та психічного насильства, переконує уникати шкідливих звичок.

2. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Змістовний модуль 1.

Валеологія, як наука. Здоровий спосіб життя. Психічне здоров'я.

Тема 1. Валеологія - наука про формування, збереження, зміцнення і відновлення здоров'я людини.

Лекція 1. Валеологія - наука про здоров'я.

1. Валеологія - наука про здоров'я.
2. Здоров'я та хвороба.
3. Характер і здоров'я.

Лекція 2. Емоції і здоров'я. Стрес. Поняття імунітету.

1. Емоції і здоров'я.
2. «Шкільний стрес» як один із основних факторів зниження рівня здоров'я учнів.
3. Конструктивний і деструктивний стрес. Захворювання, пов'язані зі стресом. Основні методи подолання стресу.
4. Поняття імунітету, його форми.
5. Загальні уявлення про здоров'я людини. Складові здоров'я

Тема 2. Здоровий спосіб життя

Лекція 3. Здоровий спосіб життя

1. Визначення сутності здорового способу життя людини і умови його формування.
2. Піст і голодування – як фактори оздоровлення.
3. Синдром хронічної втоми ознаки та профілактика.
4. Мігрень: визначення поняття, ознаки і профілактика.
5. Оздоровчий біг як складова здорового способу життя

Лекція 4. Здоровий спосіб життя (продовження)

1. Вода: джерельна, лікувальна, мінеральна. Її значення у життєдіяльності людини.
2. Літотерапія і її значення для здоров'я людини.
3. Рухова активність і здоров'я.
5. Біоритми.
6. Адаптація.

7. Загартовування

Тема 3. Раціональне харчування**Лекція 5. Раціональне харчування**

1. Біологічно важливі речовини для організму.
 - 1.1. Білки.
 - 1.2. Жири.
 - 1.3. Вуглеводи.
 - 1.4. Вода.
 - 1.5. Вітаміни.
2. Характеристика жиророзчинних вітамінів.
3. Характеристика водорозчинних вітамінів.
4. Мінеральні речовини й здоров'я людини.
5. Харчування, як потреба.

Тема 4. Природа психічної діяльності людини.**Лекція 6. Природа психічної діяльності людини**

1. Психіка людини.
2. Психофізіологічна типологія людини.
3. Неврози.
4. Функціональна асиметрія головного мозку.
5. Змінені стани свідомості:
 - 5.1 Сон, його фази;
 - 5.2. Теорії і механізми сну;
 - 5.3. Сновидіння;
 - 5.4. Патологічні форми сну;
 - 5.5. Гіпноз.

Модульна к.р. № 1**Змістовний модуль 2.****Здорова генерація. Шкідливі звички та хвороби. Невідкладна допомога.****Тема 5. Здоров'я батьків та дітей. Вагітність: профілактика патології плоду.****Лекція 7. Здоров'я батьків та дітей. Вагітність: профілактика патології плоду.**

1. Резус-конфлікт: причини та профілактика.
2. Організація, структура та завдання служби планування сім'ї в Україні.
3. Вагітність: ознаки, поведінка та гігієна вагітної жінки.
4. Вплив малих доз іонізуючого випромінювання на систему мати-плацента-плід.

Тема 6. Шкідливі звички.**Лекція 8. Куріння та алкоголізм**

1. Вступ. Історія вживання тютюну.
2. Вплив куріння на основні системи організму людини
 - 2.1. Нервова система.
 - 2.2. Серцево-судинна система.
 - 2.3. Дихальна система.
 - 2.4. Система травлення.
 - 2.5. Статева система.
3. Куріння і молодь. Хвороби, спричинені тютюнокурінням.
4. Вступ. Історія появи алкоголю.
5. Вплив алкоголю на основні системи організму людини.
 - 5.1. Нервова система.
 - 5.2. Серцево-судинна система.
 - 5.3. Система дихання.
 - 5.4. Система травлення.
 - 5.5. Сечостатева система.

Лекція 9. Наркоманія. Наслідки вживання наркотичних речовин для організму людини.

Профілактика шкідливих звичок.

1. Наркоманія. Наслідки вживання наркотичних речовин для організму людини.
2. Вплив наркотиків на основні системи організму людини.
 - 2.1. Центральна нервова система.
 - 2.2. Серцево-судинна система.
 - 2.3. Дихальна система.
 - 2.4. Ендокринна система та система травлення.
3. Вплив наркотиків на репродуктивну систему чоловіка та жінки й на розвиток їхнього плоду.
4. Наслідки токсикоманії.
5. Профілактика шкідливих звичок.

Тема 7. Соціальні хвороби.

Лекція 10. Соціальні хвороби. Венеричні захворювання.

1. Поняття про венеричні захворювання.
2. Сифіліс.
3. Гонорея.
4. Трихомоніаз.
5. СНІД.
6. Вірусний гепатит.
7. Туберкульоз.

Тема 8. Основи невідкладної допомоги.

Лекція 11. Основи невідкладної допомоги.

1. Невідкладна допомога при травмах.
2. Невідкладна допомога при кровотечах. Види кровотеч.
3. Травматичний шок, клінічна смерть.

Лекція 12. Основи невідкладної допомоги (продовження).

4. ШВЛ (штучна вентиляція легень).
5. Закритий та відкритий масаж серця.
6. Гостра серцево-судинна недостатність. Коллапс. Шок.
7. Опіки. Обмороження. Отруєння. Асфіксія

Модульна к.р. № 2

Лабораторні (практичні) роботи.

Тема 1. 1. Критерії здоров'я та методи антропометричних вимірювань необхідних для визначення рівня здоров'я (визначення біологічного віку, психологічного віку).

Тема 1. 2. Поняття про стрес та методи визначення стресостійкості людини. Тестова оцінка впливу чинників ризику на здоров'я людини. Тестування стійкості людини до дії стресових подразників.

Тема 1. 3. Конфлікти і причини їх виникнення. Методи розв'язання конфліктних ситуацій.

Тема 2. 4. Оцінка здорового способу життя за індивідуальним тестом здоров'я.

Тема 2. 5. Експрес-оцінка рівня фізичного здоров'я. Визначення форм стопи та профілактика плоскостопості.

Тема 2. 6. Визначення біоритмологічного типу працездатності (визначення середньої тривалості життя, стан здоров'я та самопочуття).

Тема 3. 7. Йодний дефіцит та методи самодіагностики забезпечення організму сполуками йоду. Розрахунок фізіологічних потреб у харчових речовинах та енергії. Основні правила раціонального харчування.

Тема 4. 8. Поняття про духовне здоров'я та оцінка духовного розвитку людини.

Тема 5. 9. Фізіологічні особливості репродуктивної системи людини та методики самоконтролю стану репродуктивного здоров'я.

Тема 6. 10. Методи та технології профілактики шкідливих звичок (куріння).

Тема 7. 11. Медико-демографічні та економічні проблеми ВІЛ/СНІДу. Соціальнопсихологічні тренінги щодо профілактики ВІЛ/СНІДу.

Тема 8. 12. Надання першої медичної допомоги при термічних ураженнях.

3. СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Назви розділів і тем	Кількість годин											
	денна форма						заочна форма					
	усього	у тому числі					усього	у тому числі				
		л	п	лаб.	інд.	СРС		л	п	лаб.	інд.	СРС
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Модуль 1. Валеологія, як наука. Здоровий спосіб життя. Психічне здоров'я.												
Тема 1. Валеологія - наука про формування, збереження, зміцнення і відновлення здоров'я людини		4	6			9						
Тема 2. Здоровий спосіб життя		4	6			9						
Тема 3. Раціональне харчування		4	4			9						
Тема 4. Природа психічної діяльності людини.		2	2			10						
Разом за Розділом 1	69	14	18			37						
Модуль 2. Здоров'я батьків та дітей. Вагітність: профілактика патології плоду												
Тема 5. Здоров'я батьків та дітей. Вагітність: профілактика патології плоду		4	2			9						
Тема 6. Шкідливі звички		4	4			9						
Тема 7. Соціальні хвороби.		4	2			10						
Тема 8. Основи невідкладної допомоги		4	4			10						
Разом за Розділом 2	66	16	12			38						
Усього годин	135	30	30			75						
ІНДЗ												
ІНДЗ			-	-		-			-	-	-	
Усього годин	135	30	30			75						

4. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

4.1. Теми лекційних занять

4.1.1 денна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Тема 1. Валеологія - наука про формування, збереження, зміцнення і відновлення здоров'я людини	6
2	Тема 2. Здоровий спосіб життя	6
3	Тема 3. Раціональне харчування	4
4	Тема 4. Природа психічної діяльності людини.	2
5	Тема 5. Здоров'я батьків та дітей. Вагітність: профілактика патології плоду	4
6	Тема 6. Шкідливі звички	4
7	Тема 7. Соціальні хвороби.	4
8	Тема 8. Основи невідкладної допомоги	4
	Разом	30

4.1.2 заочна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
	Разом	

4.2. Теми семінарських (практичних) занять

4.2.1 денна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Тема 1. Валеологія - наука про формування, збереження, зміцнення і відновлення здоров'я людини. 1. Критерії здоров'я та методи антропометричних вимірювань необхідних для визначення рівня здоров'я.	2
2	Тема 1. Валеологія - наука про формування, збереження, зміцнення і відновлення здоров'я людини 2. Поняття про стрес та методи визначення стресостійкості людини. Тестова оцінка впливу чинників ризику на здоров'я людини. Тестування стійкості людини до дії стресових подразників.	2
3	Тема 1. Валеологія - наука про формування, збереження, зміцнення і відновлення здоров'я людини 3. Конфлікти і причини їх виникнення. Методи розв'язання конфліктних ситуацій.	2
4	Тема 2. Здоровий спосіб життя 4. Оцінка здорового способу життя за індивідуальним тестом здоров'я.	2
5	Тема 2. Здоровий спосіб життя 5. Експрес-оцінка рівня фізичного здоров'я. Визначення форм стопи та профілактика плоскостопості.	2
6	Тема 2. Здоровий спосіб життя 6. Визначення біоритмологічного типу працездатності (визначення середньої тривалості життя, стан здоров'я та самопочуття).	2
7	Тема 3. Раціональне харчування	4

	7. Йодний дефіцит та методи самодіагностики забезпечення організму сполуками йоду. Розрахунок фізіологічних потреб у харчових речовинах та енергії. Основні правила раціонального харчування.	
8	Тема 4. Природа психічної діяльності людини 8. Поняття про духовне здоров'я та оцінка духовного розвитку людини.	2
9	Тема 5. Здоров'я батьків та дітей. Вагітність: профілактика патології плоду 9. Фізіологічні особливості репродуктивної системи людини та методики самоконтролю стану репродуктивного здоров'я.	2
10	Тема 6. Шкідливі звички 10. Методи та технології профілактики шкідливих звичок (куріння).	4
11	Тема 7. Соціальні хвороби 11. Медико-демографічні та економічні проблеми ВІЛ/СНІДу. Соціальнопсихологічні тренінги щодо профілактики ВІЛ/СНІДу.	2
12	Тема 8. Основи невідкладної допомоги. 12. Надання першої медичної допомоги при термічних ураженнях.	4
	Разом	30

4.2.2 заочна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
	Разом	

4.3. Теми лабораторних занять

4.3.1 денна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	-	-
	Разом	

4.3.2 заочна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
	Разом	

4.4. Завдання для самостійної роботи

4.4.1 денна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Тема 1. Валеологія - наука про формування, збереження, зміцнення і відновлення здоров'я людини	9
2	Тема 2. Здоровий спосіб життя	9
3	Тема 3. Раціональне харчування	9
4	Тема 4. Природа психічної діяльності людини.	10

5	Тема 5. Здоров'я батьків та дітей. Вагітність: профілактика патології плоду	9
6	Тема 6. Шкідливі звички	9
7	Тема 7. Соціальні хвороби.	10
8	Тема 8. Основи невідкладної допомоги	10
	Разом	75

4.4.2 заочна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
	Разом	

4.5. Індивідуальне навчально-дослідне завдання

-

4.6. Методи навчання

Під час вивчення дисципліни Здоров'я людини передбачено комплексне використання різноманітних методів організації і здійснення навчально-пізнавальної діяльності студентів та методів стимулювання і мотивації їх навчання, що сприяє розвитку творчих засад особистості майбутнього фахівця, з урахуванням індивідуальних особливостей учасників освітнього процесу.

З метою формування професійних компетентностей широко впроваджуються інноваційні методи навчання. Це – комп'ютерна підтримка освітнього процесу, впровадження інтерактивних методів навчання (робота в малих групах, мозковий штурм, ситуативне моделювання, опрацювання дискусійних питань, проектний метод тощо).

За джерелами знань на заняттях використовуються словесні (розповідь, бесіда, лекція) та практичні методи.

За рівнем самостійної розумової діяльності використовуються проблемно-інформаційний, проектно-пошуковий, дослідницький методи.

Із метою забезпечення максимального засвоєння студентами матеріалу курсу використовуються наступні методи навчання:

- 1) Методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності:
 - словесні (лекція-монолог, лекція-діалог, проблемна-лекція);
 - наочні (презентація, демонстрування);
 - практичні методи (практичні завдання).
- 2) Методи стимулювання й мотивації навчально-пізнавальної діяльності:
 - метод проблемного викладу матеріалу;
 - моделювання життєвих ситуацій;
 - мозковий штурм;
 - метод опори на життєвий досвід;
 - навчальної дискусії.

3) Методи контролю й самоконтролю за ефективністю навчально-пізнавальної діяльності:

- усного контролю;
- письмового контролю;
- самоконтролю та взаємоконтролю;
- рецензування відповідей.

4.7. Засоби діагностики результатів навчання здобувачів освіти. Порядок та критерії виставлення балів

Контрольні заходи здійснюються з дотриманням вимог об'єктивності, індивідуального підходу, системності, всебічності.

Засобами оцінювання та методами демонстрування результатів навчання :

- екзамен;
- наскрізні проєкти;
- аналітичні звіти, реферати;
- презентації результатів виконаних завдань та досліджень;
- студентські презентації та виступи на наукових заходах;
- інші види індивідуальних та групових завдань.

Використовуються такі методи контролю (усний, письмовий), які мають сприяти підвищенню мотивації студентів до навчально-пізнавальної діяльності.

Поточний контроль. *Завданням поточного контролю* є перевірка розуміння та засвоєння певної частини учбового матеріалу, рівня сформованості навичок, умінь самостійно опрацьовувати навчальний матеріал, здатності осмислити зміст теми.

Об'єктами поточного контролю знань студента є систематичність та активність роботи на заняттях; виконання завдань для самостійної роботи. Оцінюванню підлягають: рівень знань, продемонстрований у відповідях і виступах на практичних заняттях; активність при обговоренні питань практичного заняття.

У разі невиконання завдань поточного контролю студент має право скласти їх індивідуально до останнього практичного заняття за дозволом завідувача кафедри. Порядок такого контролю регламентований викладачем.

Підсумковий контроль. *Завданням підсумкового контролю* є перевірка розуміння студентом програмного матеріалу в цілому, логіки та взаємозв'язків між окремими розділами, здатності творчого використання накопичених знань, уміння сформулювати своє ставлення до певної проблеми навчальної дисципліни тощо.

4.8. Перелік програмових питань для самоконтролю:

1. Валеологія - наука про здоров'я.
2. Здоров'я та хвороба.
3. Характер і здоров'я.
4. Емоції і здоров'я.
5. «Шкільний стрес» як один із основних факторів зниження рівня здоров'я учнів.
6. Конструктивний і деструктивний стрес. Захворювання, пов'язані зі стресом. Основні методи подолання стресу.
7. Поняття імунітету, його форми.
8. Загальні уявлення про здоров'я людини. Складові здоров'я.
9. Визначення сутності здорового способу життя людини і умови його формування.
10. Піст і голодування – як фактори оздоровлення.
11. Синдром хронічної втоми ознаки та профілактика.
12. Мігрень: визначення поняття, ознаки і профілактика.

13. Оздоровчий біг як складова здорового способу життя.
14. Вода: джерельна, лікувальна, мінеральна. Її значення у життєдіяльності людини.
15. Літотерапія і її значення для здоров'я людини.
16. Рухова активність і здоров'я.
17. Біоритми.
18. Адаптація.
19. Загартовування.
20. Раціональне харчування. Загальна характеристика
21. Біологічно важливі речовини для організму.
22. Білки.
23. Жири.
24. Вуглеводи.
25. Вода.
26. Вітаміни.
27. Характеристика жиророзчинних вітамінів.
28. Характеристика водорозчинних вітамінів.
29. Мінеральні речовини й здоров'я людини.
30. Харчування, як потреба.
31. Психіка людини.
32. Психофізіологічна типологія людини.
33. Неврози.
34. Функціональна асиметрія головного мозку.
35. Змінені стани свідомості:
36. Сон, його фази;
37. Теорії і механізми сну;
38. Сновидіння;
39. Патологічні форми сну;
40. Гіпноз.
41. Резус-конфлікт: причини та профілактика.
42. Організація, структура та завдання служби планування сім'ї в Україні.
43. Вагітність: ознаки, поведінка та гігієна вагітної жінки.
44. Вплив малих доз іонізуючого випромінювання на систему мати-плацента-плід.
45. Шкідливі звички. Загальна характеристика.
46. Вступ. Історія вживання тютюну.
47. Вплив куріння на основні системи організму людини (нервова система, серцево-судинна система, дихальна система, система травлення, статеві системи)
48. Куріння і молодість. Хвороби, спричинені тютюнокурінням.
49. Вступ. Історія появи алкоголю.
50. Вплив алкоголю на основні системи організму людини (нервова система, серцево-судинна система, дихальна система, система травлення, сечостатева система)
51. Наркоманія. Наслідки вживання наркотичних речовин для організму людини.
52. Вплив наркотиків на основні системи організму людини.
53. Центральна нервова система.
54. Серцево-судинна система.
55. Дихальна система.
56. Ендокринна система та система травлення.
57. Вплив наркотиків на репродуктивну систему чоловіка та жінки й на розвиток їхнього плоду.
58. Наслідки токсикоманії.
59. Профілактика шкідливих звичок.
60. Соціальні хвороби. Загальна характеристика.
61. Поняття про венеричні захворювання.

62. Сифіліс.
63. Гонорея.
64. Трихомоніаз.
65. Профілактика венеричних захворювань.
66. СНІД.
67. Вірусний гепатит.
68. Туберкульоз.
69. Невідкладна допомога при травмах.
70. Невідкладна допомога при кровотечах. Види кровотеч.
71. Травматичний шок, клінічна смерть.
72. ШВЛ (штучна вентиляція легень).
73. Закритий та відкритий масаж серця.
74. Гостра серцево-судинна недостатність. Коллапс. Шок.
75. Опіки. Обмороження. Отруєння. Асфіксія.

4.9. Схема нарахування балів, які отримують студенти

Поточне тестування та самостійна робота											Екзамен	Сума
Розділ 1				Розділ 2				Контрольна робота	ІНДЗ	Разом	Макс. - 40	100
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8					
7	7	7	7	7	7	7	7	4	-	60		

Шкала оцінювання: національна та ЄКТС

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка за національною шкалою	
	для екзамену, курсового проєкту (роботи), практики	для заліку
90-100	відмінно	зараховано
82-89	добре	
74-81		
64-73	задовільно	
60-63		
35-59	незадовільно	незараховано
1-34	незадовільно	незараховано

5. НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

5.1. Рекомендована література

Основна

1. Лукашук-Федик С.В., Бадюк Р.А., Циквас Р.С. Валеологія: Навчальний посібник.– Тернопіль.– Вид-во “Економічна думка”. 2006.– 194 с
2. Нестерова С.Ю. Валеологія і основи медичних знань: тексти лекцій: ВДПУ, 2014.– 126 с.
3. Топчій М. С., Босенко А. І., Долинський Б. Т. Практикум з вікової фізіології та валеології: навчальний посібник. Одеса: видавець Букаєв В. В., 2019. 216 с.
4. Валеологія з основами фізіології. Методичні вказівки до виконання практичних робіт / Уклад.: В.Ю. Горчаков. – К.: КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2017. – 22 с.

5. Скороход В.М., Скороход Т.В. Вікова фізіологія та валеологія. – Кіровоград: РВВ КДПУ ім. В.Винниченка, 2008. – 224 с.
6. Плахтій П.Д., Мисів М.П., Циганівська О.І. Вікова фізіологія і валеологія. Лабораторний практикум. / За ред. П.Д. Плахтія: Навчальний посібник. – Кам'янець-Подільський: ПП Буйницький О.А., 2008. – 332 с.
7. Вашев, О. Є. Валеологія: методичні рекомендації до практичних занять та самостійної роботи / О. Є. Вашев, В. М. Клочко; Харк. нац. акад. міськ. гос-ва. - Х.: ХНАМГ, 2010. – 57 с.
8. Плахтій П.Д., Страшко С.В., Підгорний В.К. Вікова фізіологія. Теорія, практикум, тести: Навчальний посібник. – Кам'янець-Подільський: ПП Буйницький О.А., 2010. – 308 с.
9. Плахтій П.Д., Підгорний В.К., Соколенко Л.С. Основи шкільної гігієни і валеології. Теорія, практикум, тести: Навчальний посібник / За редакцією П.Д.Плахтія. – Кам'янець Подільський: ПП Буйницький О.А., 2009. – 332 с.
10. **Wills, J., & Naidoo, J. (2022).** *Foundations for Health Promotion* (5th ed.). Elsevier Health Sciences. E-book доступний у PDF/ePub форматах через періодичні сервіси, наприклад Perlego perlego.com+1.
11. **Benes, S., & Alperin, H. (2025).** *The Essentials of Teaching Health Education: Curriculum, Instruction, and Assessment* (3rd ed.). Human Kinetics. Доступна цифрова версія з ресурсами HKPropel, та обмежений preview PDF на Archive.org [Human Kinetics](https://archive.org/details/HumanKinetics)+1
12. **Urry, L. A., Cain, M. L., Wasserman, S. A., Minorsky, P. V., & Orr, R. B. (2023).** *Campbell Biology* (12th ed.). Pearson. Інтернет-версія (PDF preview) доступна на Chemistry.com.pk або інших освітніх порталах [Chemistry.Com.Pk](https://chemistry.com.pk)+1

Додаткова література

1. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження : колективна монографія / за заг. ред. проф. Ю. Д. Бойчука. – Харків: Вид. Рожко С. Г., 2017. – 488 с.
2. Калініна Т.В. Конспект лекцій з дисципліни “Вікова фізіологія та валеологія”. Дніпродзержинський ДТУ. – Дніпродзержинськ, 2007. – 101 с.
3. Робочий зошит для практичних, семінарських занять та самостійної роботи з курсу “Валеологія”. Миколаїв, 2020, 28 с.
4. Зошит для лабораторних занять з для лабораторно-практичних занять з вікової фізіології і валеології: для студентів заочного відділення I курсу Полтавського національного педагогічного університету спеціальності “Біологія”. / Укладач А.А. Коваль. – Полтава, 2012. – 30 с.
5. Екстрена та невідкладна медична допомога : навчальний посібник / Бодулев О. Ю., Дикий О. М., Могильник А. І. та ін. ; заг. ред.: Шкурупія Д. А. – 2-ге вид. – Вінниця : Нова Книга, 2018. – 240 с.
6. **The Essentials of Teaching Health Education: Curriculum, Instruction, and Assessment** (3-тє видання, 2024) — практичний посібник для викладачів здоров'я: методика, планування, оцінювання, курикулум за SHAPE America Standards [Human Kinetics](https://www.human-kinetics.com)+1.
7. **Comprehensive School Health Education, 10th Edition** (Meeks, Heit, Ward, 2024) — комплексна система навчання, інтеграція школяра, здоров'я, програми, методики, онлайн-ресурси [mheducation.com](https://www.mheducation.com).

8. **Core Teaching Practices for Health Education** (Phillip Ward & Shonna Snyder, 2022) — фокус на педагогічні практики для preservice та практикуючих вчителів: планування, оцінювання, інклюзія, навчальні стандарти [Human Kinetics](#).
9. **Comprehensive Health Skills for High School, 5th Edition** — сучасні теми (вейпінг, медіазалежність, психічне здоров'я, харчування, стрес-менеджмент), кейси для старшокласників [g-w.com](#).
10. Anatolii Anchev, Oleksandr Shevchuk, Myroslava Brykulska, **Hanna Deforz**, Nadiia Operchuk, Hanna Kolesnik. Medico-preventive and epidemiological studies of socially dangerous diseases in Ukraine: under HIV/AIDS. *AD ALTA: Journal of Interdisciplinary Research*. Hradec Kralove, The Czech Republic. Volume 13. Issue 1, Special Issue XXXIII., 2023. P. 112-118. Режим доступу: <https://www.magnanimitas.cz/ADALTA/130133/PDF/130133.pdf>
11. Brykulska M.V., **Deforz H.V.** Threats of Radioactive Radiation: Features Of Impact On The Environment And Human Health. *Public Health Journal*. Національний університет «Острозька академія». Одеса: Видавничий дім «Гельветика», 2023. Випуск 3. С. 4-13. URL : <https://journals.ostroh-academy.rv.ua/index.php/publichealth/issue/view/4>
12. Kondrashova Lydia Valentinivna, Kondrashov Mykola Mykolayovych, Chuvasova Natalia Oleksandrivna, **Deforz Hanna Volodymyrivna**, Kalinichenko Nadiya Andriyivna. Health saving as strategic direction of teaching staff training. *Apuntes Universitarios*, Peru. Vol. 11, No 1. (2021). P. 450-461. Режим доступу: <https://apuntesuniversitarios.upeu.edu.pe/index.php/revapuntes/article/view/596>
13. Nadiia Operchuk, Rostyslav Valikhnovskyi, Ruslan Savchuk, Volodymyr Churpii, Kostyantyn Mylytsya, **Hanna Deforz**. Organization of research and comparative analysis of the structure of oncological diseases during the covid-19 pandemic in the population living in the cities of industrial mining of uranium. *AD ALTA: Journal of Interdisciplinary Research*. Hradec Kralove, The Czech Republic. Volume 11. Issue 2, Special Issue XXI., 2021. P. 231-237. Режим доступу: <http://www.magnanimitas.cz/11-02-xxi>
14. Anchev A.C., **Дефорж Г.В.** Оперчук Н.І., Присяжна С.І. Мікрюкова Н.Г., Габорець О.А. Моніторингові дослідження об'єктів навколишнього середовища та динаміка інфекційної захворюваності населення. *Вісник морської медицини*. № 1 (98). Одеса: ДП УкрНДІ медицини транспорту, 2023. С. 46-58. URL : <https://www.herald.org.ua/wp-content/uploads/2023/04/01-23.pdf>
15. Вишнякова В.А., **Дефорж Г.В.** Вивчення впливу COVID-19 на нервову систему. *Матеріали II Всеукраїнської науково-практичної інтернетконференції з міжнародною участю «Сучасний стан та перспективи розвитку природничих дисциплін в медичній освіті»* (м. Кропивницький, 19 березня 2021). Кропивницький, 2021. С. 122-125. Режим доступу <http://surl.li/wpbk>
16. **Дефорж Г.В.** Характеристика порівняльно-гістологічних досліджень академіка Д.К. Третякова [Електронний ресурс] / Г.В. Дефорж // *Історія науки і біографістика*. – 2016. – № 3. – Режим доступу : <http://inb.dnsgb.com.ua/2016-3/07.pdf>
17. **Дефорж Г.В.** Внесок функціональних морфологів у розвиток медицини (кінець ХІХ – початок ХХ ст.). *Історія науки і техніки : Зб. наук. праць / гол. ред. О.Я. Пилипчук*. – К., Вид-во ДУІТ, 2018. – Вип. 11 (2017). – С. 161–167. Режим доступу http://www.hst-journal.com/index.php/hst/issue/view/9/2017_11
18. **Дефорж Г.В.** Популяризація здорового способу життя під час викладання

- навчальної дисципліни «Основи здоров'я». *Здоров'я та суспільство: збірник наукових праць*. Кропивницький: Кіровоградський інститут розвитку людини. 2019. С. 31-35. [Електронне видання]. URL: <http://surl.li/jkbjfj>
19. **Дефорж Г.В.**, Гуцалюк О.М. Розвиток медицини на території України в контексті генезису медицини Європи (друга половина VII – кінець XV століть) // *Матеріали I Всеукраїнської науково-практичної конференції «Здоров'я і суспільство»*. – м. Кропивницький, 18 квітня 2019 р. – С. 119–124. Режим доступу <http://vmuroi.kr.ua/?p=9491>
 20. **Дефорж Г.**, Дорогань С., Коваленко П. Радіоактивне випромінювання: вплив на здоров'я людини низькоінтенсивної постійної природної радіації в Україні та світі. *National Health as Determinant of Sustainable Development of Society (Національне здоров'я як детермінанта сталого розвитку суспільства)* : monograph. School of Economics and Management in Public Administration in Bratislava, 2021, P. 131-154. Режим доступу: http://www.vsemvs.sk/portals/0/Subory/Mono_VSEMvsMED2021.pdf
 21. **Дефорж Г.В.** Знання про будову та здоров'я людини в стародавньому світі (IV тис. до н.е.–I ст. н.е.). Збірник матеріалів XII Міжнародної науково-практичної онлайн-інтернет конференції «Проблеми та інновації в природничо-математичній, технологічній і професійній освіті», 1-16 листопада 2021 р., м. Кропивницький. – Центральноукраїнський державний педагогічний університету імені Володимира Винниченка, 2021. С. 6-8. Режим доступу https://www.cuspu.edu.ua/images/conferences/2021/problem-innovation-04.11.21/Tezi_XIIkonf.pdf
 22. **Дефорж Г.В.** Популяризація профілактичної медицини під час викладання природничих дисциплін та дисциплін, які пов'язані зі здоров'ям людини. *Матеріали III Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції з міжнародною участю «Сучасний стан та перспективи розвитку природничих дисциплін в медичній освіті»* (м. Кропивницький, 18 березня 2022). Кропивницький, 2022. С. 18-21. Режим доступу <https://drive.google.com/file/d/1VD0I1lcBvujyGlcvtwPdkzVOyQbYsReK/view>
 23. **Дефорж Г.В.** Формування здоров'язбережувальних компетентностей у майбутніх вчителів спеціальності «Середня освіта (Біологія та здоров'я людини)». *Вісник післядипломної освіти. Випуск 20 (49) «Серія «Педагогічні науки»*. Київ, 2022. С. 48-66. Режим доступу: http://umo.edu.ua/images/content/nashi_vydanya/visnyk_PO/20_49_2022/pedagog/Bulletin_20_49_Pedagogika_Deforzh.pdf
 24. **Дефорж Г.В.** Вивчення взаємовпливу психічної та духовної складових здоров'я людини під час викладання навчальної дисципліни «Основи здоров'я». *Матеріали VII Міжнародної науково-практичної конференції «Розбудова інноваційних економіки, менеджменту та освіти в умовах нової соціальної реальності»*. 26 травня 2022 року. МАУП. Київ, 2022. Випуск 14. С. 296-299. Конференція https://maup.com.ua/assets/files/science/conf/problemi-modernizacii_vipusk-14.pdf
 25. **Дефорж Г.В.** Формування компетентностей майбутніх спеціалістів у процесі вивчення навчальних дисциплін «Історія медицини» та «Здоров'я людини: історія та розвиток здоров'язбереження» у закладах вищої освіти. *Забезпечення якості освіти у вищій медичній школі : наук.-метод. міжуніверситет. конф. з міжнар. участю*. Одеса, 18–20 січня 2023 року : матеріали конф. / за ред. д. мед. н., проф. В. Г. Марічереда. [Електронне видання]. Одеса : ОНМедУ, 2023. С. 67-

70. ISBN 978-966-443-123-8 URL : <https://repo.odmu.edu.ua/xmlui/bitstream/handle/123456789/13145/TezyKonf.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
26. **Дефорж Г.** Рухова активність – запорука гармонійного розвитку та зміцнення здоров'я дітей середнього шкільного віку. Навчання, виховання й розвиток гармонійно розвиненої особистості в процесі занять фізичною культурою і спортом. Монографія; за ред. проф. В.М. Пристинського, Т.М. Пристинської. Слов'янськ : ДВНЗ “Донбаський державний педагогічний університет”, 2023. С. 55-68. URL : <http://surl.li/gtpmz>
27. **Дефорж Г.В.** Причини та профілактика порушення постави у дітей шкільного віку. Здоров'я нації і вдосконалення фізкультурно-спортивної освіти: матеріали III Міжнародної науково-практичної конференції, 27-28 квітня 2023 року. / ред. колегія А.В. Кіпенський, [та інші]. – Харків: Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», 2023. – С. 519-523. URL : <https://repository.kpi.kharkov.ua/server/api/core/bitstreams/e6fd0943-6b5c-4435-8b80-ee467372fb30/content>
28. **Дефорж Г.** Сучасні методи та засоби навчання при вивченні навчальних предметів пов'язаних зі здоров'ям людини. Рухова активність і здоров'язбереження людини. Монографія; за ред. В.М. Пристинського, Т.М. Пристинської. Слов'янськ : ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет», 2024. С. 123-163. URL : <http://dspace.ddpu.edu.ua/ddpu/handle/123456789/857>
29. **Дефорж Г.** Найкритичніші проблеми у сфері охорони здоров'я та шляхи їх розв'язання. *Здоров'я та суспільство в умовах війни. Випуск 1(4). Вип. 4. Кропивницький : Вид-во ЦІРОЛ, 2024. С. 26-31.* URL : <https://vmurol.kr.ua/wp-content/uploads/2024/05/%D0%97%D0%B1%D1%96%D1%80%D0%BD%D0%B8%D0%BA.pdf>
30. **Дефорж Г.В.** Вплив гіподинамії на здоров'я та якість життя сучасної людини. Здоров'я нації і вдосконалення фізкультурно-спортивної освіти: матеріали IV Міжнародної науково-практичної конференції, 25-26 квітня 2024 р. / ред. колегія А.В. Кіпенський, [та інші]. Харків: 2024. С. 361-366. URL : <https://repository.kpi.kharkov.ua/server/api/core/bitstreams/3557fe81-5198-404b-b0d3-2b764d3c9899/content>
31. Тараненко Т.О., **Дефорж Г.В.** Шляхи зараження, симптоми та профілактика вірусних захворювань людини // Міжвузівська науково-практична конференція «Актуальні наукові дослідження та їх роль в соціалізації студентської молоді», 25 квітня 2017 р., м. Кропивницький. С. 145–147. Режим доступу: <https://owncloud.kspu.kr.ua/index.php/s/rsIFMUMOmasGvSO>
32. Тараненко Т.О., **Дефорж Г.В.** Віруси та вірусні захворювання людини // Матеріали III Регіональної науково-практичної конференції «Екологічні проблеми сучасності та шляхи їх вирішення». – м. Кропивницький, ЦНТУ, 21 квітня 2017 р. – С. 114-116.
33. Шаторна В.Ф., Нефьодова О.О., Гарець В.І., Гальперін О.І., Дефорж Г.В., Грузд В.В., Абдул-Огли Л.В. Експериментальне визначення впливу цитратів металів на ембріотоксичність солей кадмію в ембріогенезі шурів. / Світ Медицини та Біології. №2(68). Полтава, 2019. – С. 210-214, код УДК 611.12-076:611.013:616-092.9:669.018.674, DOI: [10.26724/2079-8334-2019-2-68-210-214](https://doi.org/10.26724/2079-8334-2019-2-68-210-214). Режим доступу <https://womab.com.ua/ua/smb-2019-02/7929>

5.2. Методичне забезпечення

1. Топчій М. С., Босенко А. І., Долинський Б. Т. Практикум з вікової фізіології та валеології: навчальний посібник. Одеса: видавець Букаєв В. В., 2019. 216 с.
2. Валеологія з основами фізіології. Методичні вказівки до виконання практичних робіт / Уклад.: В.Ю. Горчаков. – К.: КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2017. – 22 с.
3. Плахтій П.Д., Мисів М.П., Циганівська О.І. Вікова фізіологія і валеологія. Лабораторний практикум. / За ред. П.Д. Плахтія: Навчальний посібник. – Кам’янець-Подільський: ПП Буйницький О.А., 2008. – 332 с.
4. Вашев, О. Є. Валеологія: методичні рекомендації до практичних занять та самостійної роботи / О. Є. Вашев, В. М. Клочко; Харк. нац. акад. міськ. гос-ва. - Х.: ХНАМГ, 2010. – 57 с.
5. Плахтій П.Д., Підгорний В.К., Соколенко Л.С. Основи шкільної гігієни і валеології. Теорія, практикум, тести: Навчальний посібник / За редакцією П.Д.Плахтія. - Кам’янець-Подільський: ПП Буйницький О.А., 2009. - 332 с.

5.3. Інформаційні ресурси

http://dspace.wunu.edu.ua/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	Валеологія: Навчальний посібник. (Лукашук-Федик С.В., Бадюк Р.А., Циквас Р.С.) – Тернопіль.– Вид-во “Економічна думка”. 2006.– 194 с.
https://library.vspu.edu.ua/polki/akredit/kaf_5/nesterova_1.pdf	Нестерова С.Ю. Валеологія і основи медичних знань: тексти лекцій: ВДПУ, 2014.– 126 с.
http://dspace.pdpu.edu.ua/bitstream/123456789/9697/1/Topchii%2C%20Mariia%20Sergiiivna%202019.pdf	Топчій М. С., Босенко А. І., Долинський Б. Т. Практикум з вікової фізіології та валеології: навчальний посібник. Одеса: видавець Букаєв В. В., 2019. 216 с.
https://ela.kpi.ua/handle/123456789/19776 Переглянути/відкрити	Валеологія з основами фізіології. Методичні вказівки до виконання практичних робіт
http://hnpu.edu.ua/sites/default/files/files/Kaf_zdor_ta_korr_os/Zagalna_teorija_zdorovia_i_zdorviazberegennja.pdf	Загальна теорія здоров’я і здоров’язбереження. Колективна монографія за загальною редакцією проф. Ю. Д. Бойчука
https://studfile.net/preview/9123877/ скачати	Робочий зошит для практичних, семінарських занять та самостійної роботи з курсу “Валеологія”
http://eprints.kname.edu.ua/21125/1/%D0%92%D0%B0%D0%BB%D0%B5%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0	Вашев, О. Є. Валеологія: методичні рекомендації до

http://elcat.pnpu.edu.ua/docs/%D0%92%D1%96%D0%BA%D0%BE%D0%B2%D0%B0%20%D1%84%D1%96%D0%B7%D1%96%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F%20%D1%96%20%D0%B2%D0%B0%D0%BB%D0%B5%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F%20(%D0%B4%D0%BB%D1%8F%20%D0%B7%D0%B0%D0%BE%D1%87%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D0%BE).pdf	практичних занять та самостійної роботи / О. Є. Вашев, В. М. Клочко; Харк. нац. акад. міськ. гос-ва. - Х.: ХНАМГ, 2010. – 57 с.
http://194.44.152.155/elib/local/sk763990.pdf	Плахтій П.Д., Підгорний В.К., Соколенко Л.С. Основи шкільної гігієни і валеології. Теорія, практикум, тести: Навчальний посібник / За редакцією П.Д.Плахтія. – Кам’янецьПодільський: ПП Буйницький О.А., 2009. – 332 с.
http://elcat.pnpu.edu.ua/docs/%D0%92%D1%96%D0%BA%D0%BE%D0%B2%D0%B0%20%D1%84%D1%96%D0%B7%D1%96%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F%20%D1%96%20%D0%B2%D0%B0%D0%BB%D0%B5%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F%20(%D0%B4%D0%BB%D1%8F%20%D0%B7%D0%B0%D0%BE%D1%87%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D0%BE).pdf	Зошит для лабораторних занять з для лабораторно-практичних занять з вікової фізіології і валеології: для студентів заочного відділення І курсу Полтавського національного педагогічного університету спеціальності «Біологія». / Укладач А.А. Коваль. – Полтава, 2012. – 30 с
https://i-rc.org.ua/files/posibnik-medicina.pdf	Посібник з медичної підготовки
https://emergency.vnmu.edu.ua/wp-content/uploads/2019/02/tema-7-1.pdf	Надання першої медичної допомоги при термічних ураженнях
http://nk.in.ua/pdf/1710r.pdf	Екстрена та невідкладна медична допомога : навчальний посібник
https://zp.edu.ua/sites/default/files/konf/dolikarska_dopomoga.pdf	Методичні вказівки до лабораторного заняття «Основи надання першої долікарської допомоги при нещасних випадках»

6. ПОЛІТИКА ЩОДО АКАДЕМІЧНОЇ ДОБРОЧЕСНОСТІ

Політика щодо академічної доброчесності формується на основі дотримання принципів академічної доброчесності відповідно до Законів України «Про освіту», «Про вищу освіту», «Про наукову і науково-технічну діяльність», «Про авторське право і суміжні права», «Про видавничу справу», з урахуванням норм Положення «Про академічну свободу та академічну доброчесність в Центральноукраїнському державному університеті імені Володимира Винниченка».