



*Коростишівський педагогічний фаховий коледж імені
І.Я.Франка Житомирської обласної ради*

**Циклова комісія викладачів математичних та природничо-
наукових дисциплін**

СИЛАБУС

Назва освітньої компоненти	Основи здоров'я
Освітньо-професійна програма	Фізична культура
Освітньо-професійний ступінь	фаховий молодший бакалавр
Спеціальність	014.11 Середня освіта (Фізична культура)
Галузь знань	01 Освіта/Педагогіка
Формат освітньої компоненти	вибіркова освітня компонента
Форма навчання	денна
Рік навчання/семестр	III (II) рік, VI (IV) семестр
Обсяг	загальний обсяг – 150 год (кредитів ЄКТС – 5)
Контрольні заходи	екзамен
Викладачі	Горобець Олена Анатоліївна, викладач вищої кваліфікаційної категорії, викладач-методист.
E-mail	jkyfujhj@gmail.com
Посилання на сайт	http://korpik.org.ua/
Консультації	згідно з графіком
Анотація вибіркової компоненти	Освітня компонента «Основи здоров'я» спрямована на формування у здобувачів освіти системи знань, умінь і навичок щодо збереження та зміцнення фізичного, психічного й соціального здоров'я, розвитку відповідального ставлення до власного життя та безпеки оточення. Курс орієнтований на формування здоров'язбережувальної компетентності як ключової складової загальної культури особистості. У процесі вивчення дисципліни розглядаються основи здорового способу життя, принципи раціонального харчування, рухової активності, особистої гігієни, психоемоційного благополуччя, профілактики шкідливих звичок та залежностей. Значна увага приділяється питанням безпеки життєдіяльності, профілактики травматизму, надання першої домедичної допомоги, а також формуванню навичок безпечної поведінки в різних життєвих ситуаціях. Здобуті результати навчання забезпечують готовність майбутніх фахівців до впровадження здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності, популяризації здорового способу життя та створення безпечного освітнього середовища.
Мета та цілі освітньої компоненти	Мета освітньої компоненти «Основи здоров'я»: формування у здобувачів освіти здоров'язбережувальної компетентності, що передбачає усвідомлене ставлення до власного здоров'я та здоров'я оточення, набуття знань про здоровий спосіб життя, розвиток умінь і навичок безпечної поведінки та готовності до їх практичного

	застосування у повсякденному житті й майбутній професійній діяльності. Завдання освітньої компоненти: - створити стійкі мотивації щодо здорового способу життя, що є основою активного і свідомого залучення кожного індивіда до процесу творення свого здоров'я; - обґрунтовувати необхідність для сучасної людини набуття знань, вмінь і навичок збереження і зміцнення здоров'я; - визначати основні чинники формування здорового способу життя; - навчити обирати доцільні для індивіда форми і методи формування фізичного, психічного і духовного здоров'я.
Очікувані результати навчання	
У процесі вивчення освітньої компоненти “Основи здоров'я” у здобувачів освіти формуються такі компетентності: ЗК1 Здатність реалізувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (вільного демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні. ЗК2 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. ЗК3 Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово. ЗК5 Здатність до міжособистісної взаємодії. ЗК6 Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями. ЗК7 Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. ЗК8 Здатність використовувати інформаційні та комунікаційні технології СК2 Здатність до використання предметних знань в освітньому процесі. СК3 Здатність до інтеграції предметних знань із різних освітніх галузей. СК4 Здатність до добору й застосування доцільних форм, методів, технологій та засобів навчання. СК5 Здатність до використання відкритих ресурсів, інформаційно-комунікаційних та цифрових технологій в освітньому процесі. СК6 Здатність до формування мотивації та організації пізнавальної діяльності учнів. СК7 Здатність до спілкування з батьками, колегами, іншими фахівцями з метою педагогічного супроводу. СК8 Здатність до забезпечення сприятливих умов в освітньому середовищі для кожного учня відповідно до його індивідуальних потреб, можливостей, здібностей та інтересів. СК10 Здатність до організації процесу навчання, виховання та розвитку здобувачів освіти. СК11 Здатність до використання освітніх інновацій у професійній діяльності. СК12 Здатність до моніторингу педагогічної діяльності та визначення власних професійних потреб. СК15 Здатність до попередження булінгу та протидії різним проявам насильства. Результати навчання: РН1 Здійснювати професійну діяльність державною мовою як усно, так і письмово. РН3 Аналізувати можливості професійного розвитку з урахуванням умов педагогічної діяльності та індивідуальних запитів і потреб. РН4 Ураховувати вікові особливості учнів в освітньому процесі для забезпечення його ефективності. РН6 Застосовувати міжпредметні зв'язки та інтеграцію змісту різних освітніх галузей в освітньому середовищі. РН8 Сприяти формуванню мотивації учнів до навчання. РН10 Планувати освітній процес залежно від мети, індивідуальних особливостей учнів, специфіки діяльності закладу освіти. РН13 Формувати в учнів здатність до конструктивної міжособистісної взаємодії. РН15 Застосовувати основні стратегії поведінки щодо попередження булінгу та протидії	

різними проявами насильства

Тематика освітньої компоненти

Змістовий модуль 1. ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я ЯК ТЕОРІЯ І ПРАКТИКА ЗБЕРЕЖЕННЯ І ЗМІЦНЕННЯ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

Тема 1. Причини і передумови виникнення основ здоров'я. Основи здоров'я наука про здоров'я людини. Сучасний стан методологічного забезпечення. Історія формування фундаментальних концепцій здоров'я. Історія розвитку знань про здоров'я людини.

Тема 2. Сучасний стан здоров'я населення України. Біологічне, соціальне та психічне у людині. Особливості захворюваності населення України: загальні тенденції і детермінанти здоров'я населення України, основні показники захворюваності підлітків, інвалідизація населення України і її причини, професійні захворювання.

Природа людини у контексті проблем її здоров'я.

Стан здоров'я населення України.

Змістовий модуль 2. ЗУМОВЛЕНІСТЬ ЗДОРОВ'Я ФОРМУВАННЯМ, ФУНКЦІОНУВАННЯМ І РОЗВИТКОМ ЛЮДСЬКОГО ОРГАНІЗМУ

Тема 3. Здоровий спосіб життя як шлях формування, збереження і зміцнення здоров'я сучасної людини. Погляди вчених на здоров'я людини.

Здоровий спосіб життя в традиціях українського народу.

Генетичні аспекти здоров'я. Медико-генетичне консультування.

Основні поняття генетики.

Медико-генетичне консультування.

Тема 4. Здоров'я дитини та шляхи його формування, збереження та зміцнення.

Основи формування здоров'я дитини.

Фізичне здоров'я людини.

Медико-педагогічний контроль за фізичним вихованням учнів у загальноосвітніх навчальних закладах

Змістовий модуль 3. ЗДОРОВ'Я ДИТИНИ – КЛЮЧ ДО ЗДОРОВ'Я ДОРΟΣЛОЇ ЛЮДИНИ.

Тема 6. Профілактика основних захворювань дітей. Наслідки дитячих інфекційних захворювань.

Тема 7. Раціональне харчування.

Тема 8. Фізичне здоров'я та його кількісна характеристика.

Кількісна характеристика здоров'я людини.

Змістовий модуль 4. ПРОБЛЕМИ ЗДОРОВ'Я У СУЧАСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ.

Тема 9. Прояви девіантної поведінки, їх соціальні корені. Проблема залежностей у сучасному суспільстві.

Девіантна поведінка та її наслідки.

Тема 10. Соціальні та екологічні аспекти здоров'я та хвороб людини.

Професія, праця та здоров'я.

Екологічні аспекти здоров'я людини.

Система оцінювання відповідно до [Положення про критерії оцінювання навчальних досягнень здобувачів освіти Коростишівського педагогічного фахового коледжу імені І.Я.Франка Житомирської обласної ради](#)

Рекомендована література та інформаційні ресурси

Основна

Додаткова

1. Домедична допомога на місці події : практичний посібник / П. Б. Волянський, А. М. Гринзовський, С. О. Гур'єв та ін. ; за заг. ред. д. н. держ. упр., професора П. Б. Волянського та д. мед. н., професора С. О. Гур'єва. – Херсон : Видавничий дім «Гельветика», 2020. – 224 с. 2. Соціально-педагогічні та медико-біологічні основи фізичної активності різних груп населення : кол. моногр. Анатолій Цьось, Анатолій Хомич, Анджей Сорока та ін. / наук. ред. й упорядник проф. А.В Цьось . – Луцьк : Вежа – Друк, 2018. – 312 с.	1. Долікарська медична допомога: Навчальний посібник / Укладачі: Ляшевич А.М., Лупаїна І.С., Гарлінська А.М., Левчук Л.І. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2021. – 224 с. 2. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження: колективна монографія / за заг. ред. проф. Ю.Д. Бойчука. – Харків: Вид. Рожко С. Г., 2017. – 488 с.
Інформаційні ресурси	
https://geneva.mfa.gov.ua/posolstvo/2612-who Всесвітня організація охорони здоров'я	
Політика освітньої компоненти	
Здобувач освіти повинен - добросовісно готуватися до усіх видів контролю; - активно працювати на практичних заняттях; - бути толерантним у спілкуванні з викладачем та іншими здобувачами освіти, зокрема під час обговорення дискусійних питань на заняттях; - відпрацювати будь-яке пропущене заняття чи вид контролю; - дотримуватися норм академічної доброчесності; - дотримуватися правил внутрішнього розпорядку закладу освіти, інших видів політики, передбаченої нормативними документами, що регулюють освітній процес. Діяльність здобувачів освіти здійснюється відповідно до Положення про академічну доброчесність у Коростишівському педагогічному фаховому коледжі імені І.Я.Франка Житомирської обласної ради	
Розглянуто та затверджено на засіданні циклової комісії викладачів математичних та природничо-наукових дисциплін Протокол № 1 від 30.08.2024 Голова циклової комісії (підпис існує) Алла САМІЙЛИК	