



ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ НАЦІОНАЛЬНОГО ФАРМАЦЕВТИЧНОГО УНІВЕРСИТЕТУ  
ЦИКЛОВА КОМІСІЯ МЕДИКО-БІОЛОГІЧНИХ ДИСЦИПЛІН

СИЛАБУС

**Загальна інформація**

Назва навчальної дисципліни	<b>ВАЛЕОЛОГІЯ</b>		
Освітня програма	Виробництво фармацевтичних препаратів		
Рівень освіти	Фахова передвища		
Освітньо-професійний ступінь	Фаховий молодший бакалавр		
Галузь знань	22 Охорона здоров'я		
Спеціальність	226 Фармація, промислова фармація		
Форма навчання	Денна		
Формат навчальної дисципліни	Вибіркова		
Мова викладання	Українська		
Рік навчання	На основі БЗСО – 2 рік На основі ПЗСО – 1 рік		
Обсяг навчальної дисципліни	<b>2 кредити / 60 годин</b>		
	Форма навчання	Кількість годин	
		Лекції	Семінари
Денна	16	16	28
Контрольні заходи	<i>Вхідний контроль</i> – на першому занятті <i>Поточний контроль</i> – на кожному семінарі <i>Модульний контроль (МК)</i> – по завершенню модуля <i>Підсумковий контроль (ПК)</i> – залік		
Методи навчання	Репродуктивні, пошукові, інноваційні (проблемне навчання, робота в малих групах, модульне засвоєння знань, інформаційно-комп'ютерні технології, дистанційне навчання, контекстне навчання).		
Кадрове забезпечення	Викладачі циклової комісії медико-біологічних дисциплін: <i>Мартиненко Алла Євгенівна</i> , спеціаліст вищої кваліфікаційної категорії, старший викладач		
Контакти	<a href="mailto:college@nuph.edu.ua">college@nuph.edu.ua</a>		
Навчальні заняття та консультації	За розкладом		

**Анотація навчальної дисципліни**

«Валеологія» є вибіркоvim курсом професійної підготовки майбутніх спеціалістів, що розкриває фундаментальні закономірності психічного та фізичного здоров'я людини, як біологічної системи, а також людського суспільства в цілому. Розуміння цінності здоров'я, способів його збереження та підтримання тісно пов'язано з розвитком новітніх технологій у медицині та фармації.

**Мета навчальної дисципліни**

Формування у здобувачів освіти цілісного комплексу профілактично-оздоровчих знань, що є необхідною умовою формування здорової та суспільно активної особистості, здатної до самостійного збереження та підтримання здоров'я на належному рівні протягом усього життя.

**Знання та вміння після опанування дисципліни**

1. Демонструвати знання та розуміння основних термінів і понять валеології.
2. Використовувати теоретичні та наукові підходи, які базуються на сучасних досягненнях в галузі здоров'я людини.
3. Застосовувати у професійній діяльності знання основних закономірностей життєдіяльності людини в природному та соціальному середовищах, спрямованих на

- збереження життя і зміцнення здоров'я.
4. Давати компетентні рекомендації щодо ведення здорового способу життя та раціонального харчування.
  5. Аналізувати вплив біотичних, абіотичних та антропогенних факторів на здоров'я людини.
  6. Прогнозувати наслідки порушення функціонування організму людини, як цілісної системи, з позиції валеології.
  7. Передбачати можливі наслідки малорухливого способу життя на здоров'я людини та виникнення захворювань.
  8. Визначати основні чинники формування здорового способу життя.
  9. Аналізувати вплив конструктивного та неконструктивного стресу на психосоматичний стан організму.
  10. Пояснювати біохімічні механізми дії наркотичних та психотропних речовин на клітинному та організаційному рівнях.
  11. Розробляти та пропагувати заходи, спрямовані на профілактику алкоголізму, наркоманії, тютюнопаління.
  12. Сприяти та підтримувати прихильність до лікування та протидії венеричним захворюванням та ВІЛ-інфекції.
  13. Здійснювати інформаційну роботу щодо висвітлення проблем планування вагітності.
  14. Обґрунтовувати необхідність використання лікарських засобів з метою підтримання здоров'я, запобігання захворюванням та продовження тривалості життя.

### **Структура навчальної дисципліни**

#### **Модуль 1. Валеологія**

*Змістовий модуль 1. Теорія та практика збереження та зміцнення здоров'я людини*

1. Здоров'я, чинники ризику виникнення захворювання.
2. Діагностика та прогнозування фізичного та психічного здоров'я людини.
3. Основи психічного здоров'я
4. Раціональне харчування
5. Загартування організму
6. Сім'я та здоров'я

#### **Модуль 2. Ризики виникнення та основи профілактики захворювань**

*Змістовий модуль 2. Загальні принципи та види профілактики захворювань*

7. Загальні принципи та види профілактики захворювань
8. Методи валеологічної профілактики та оздоровлення
9. Профілактика захворювань органів зору, слуху, опорно-рухового апарату
10. Профілактика захворювань дихальної та серцево-судинної систем
11. Профілактика захворювань травної та видільної систем
12. Профілактика інфекційних хвороб та онкологічних захворювань

### **Пререквізити**

Анатомія та фізіологія людини, біологія з основами генетики, гігієна у фармації та екологія

### **Постреквізити**


Фармакологія, фармакогнозія, мікробіологія з основами імунології

### **Система оцінювання навчальної дисципліни**


Оцінювання знань, вмінь та навичок здобувачів освіти враховує всі види навчальних занять згідно з робочою програмою освітньої компоненти «Основи патологічної фізіології». Для поточного оцінювання знань та заліку використовується 12-бальна шкала з переведенням підсумкової оцінки у недиференційовану шкалу закладу.


Оцінка:	за 12-бальною шкалою	за недиференційованою шкалою
	10-12	Зараховано
	7-9	
	4-6	
	0-3	Не зараховано

<b>Критерії оцінювання навчальних досягнень</b>	
<i>зараховано 10-12</i>	Здобувач освіти знає загальні закономірності розвитку валеології, виявляє міцні та глибокі знання щодо теорій здоров'я та здорового способу життя, вміє самостійно логічно викладати свою точку зору, творчо використовувати знання, виявляє особисту позицію щодо цих знань, можливості використання їх з метою збереження, зміцнення, формування і відтворення здоров'я дітей, підлітків і дорослих, вміє пропагувати набуті знання і застосовувати їх на практиці. Відповідає грамотно з використанням валеологічних термінів і понять. Виконано 90-100 % завдань із дотриманням вимог.
<i>зараховано 7-9</i>	Здобувач освіти на достатньо високому рівні володіє навчальним матеріалом, достатньо логічно викладає матеріал, але допускає певні неточності, недостатньо повно уявляє можливості їх використання. Вміє пропагувати дещо неповні набуті знання і навички, застосовувати у повсякденному житті як елементи оздоровчої системи чи компоненти здорового способу життя. Відповідає грамотно з використанням фахових термінів і понять. Виконано 74-89 % завдань із дотриманням вимог.
<i>зараховано 4-6</i>	Здобувач освіти має фрагментарні знання, допускає значні помилки у викладенні навчального матеріалу, частково може відтворити навчальний матеріал в галузі здоров'я людини, за інструкцією може застосовувати набуті знання на практиці. Відповідь є фрагментарною, допущені значні неточності та похибки у логіці викладу матеріалу. Власні висновки відсутні. Виконано 60-73 % завдань із частковим дотриманням вимог.
<i>не зараховано 0-3</i>	Здобувач освіти має фрагментарні знання, допускає значні помилки у викладенні навчального матеріалу, відсутнє наукове мислення, практичні навички не сформовані, відповіді не структуровані, відсутні наукові визначення. Власні висновки відсутні. Виконано не більше 59 % завдань.
<b>Ресурсне забезпечення навчальної дисципліни</b>	
<b>Рекомендована література</b>	
<i>Основна(базова)</i>	
1. Грибан В. Г. Валеологія [текст]: підручник / В. Г. Грибан – 2-ге вид. перероб. та доп. – К.: «Центр учбової літератури», 2012. – 342 с.	
2. Апанасенко Г. Л., Попова Л. О., Мальований А. В. Санологія (медичні аспекти валеології). – Львів: ПП «Кварт», 2011. – 303 с.	
3. Валеологія: Основи індивідуального здоров'я людини: навчальний посібник / О.І. Міхеєнко. – 2-ге вид. перероб. і доп. – Суми: Університетська книга, 2010. – 448 с.	
<i>Допоміжна</i>	
1. Медико-біологічні основи валеології: Навчальний посібник / За ред. П.Д. Плахтія – Кам'янець-Подільський: Вид. Кам'янець- сучасних інформаційних технологій та візуальних мистецтв, 2003. – 202 с.	
<b>Інформаційні ресурси</b>	
1. Сайт МОЗ України – <a href="http://www.moz.gov.ua">http://www.moz.gov.ua</a>	
2. Сайт Всесвітньої організації охорони здоров'я – <a href="http://www.who.int/en/">http://www.who.int/en/</a>	
3. Сайт наукової бібліотеки НФаУ: <a href="http://lib.nuph.edu.ua/">http://lib.nuph.edu.ua/</a>	
4. Сайт Державної наукової медичної бібліотеки України – <a href="http://www.library.gov.ua/">http://www.library.gov.ua/</a>	
<b>Політика навчальної дисципліни</b>	
Дотримання вимог до зовнішнього вигляду. Обов'язкове дотримання правил техніки безпеки та охорони праці. Обов'язкове відвідування аудиторних занять; ведення конспекту лекцій; виконання семінарських завдань; виконання завдань для самостійної роботи з дотриманням вимог. Своєчасність відпрацювання пропущених занять. Діяльність здобувачів освіти здійснюється відповідно до «Положення про академічну доброчесність учасників освітнього процесу Фахового коледжу НФаУ» ПОЛ А2.4-69-029 ( <a href="https://bit.ly/3vqIIBR">https://bit.ly/3vqIIBR</a> )	

Розробник:  А.Є. Мартиненко, спеціаліст вищої категорії, старший викладач

Розглянуто та ухвалено на засіданні циклової комісії медико-біологічних дисциплін  
Протокол від « 25 » серпня 2022 року № 1

Голова  В.В. Аксакова

Гарант освітньої програми  О.В. Мартинова, голова ЦК технології ліків,  
організації та економіки фармації, спеціаліст вищої  
кваліфікаційної категорії, викладач-методист