

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

1. Загальна інформація про навчальну дисципліну

Повна назва навчальної дисципліни	Основи популяризації здорового способу життя
Повна офіційна назва закладу вищої освіти	Сумський державний університет
Повна назва структурного підрозділу	Навчально-науковий медичний інститут. Кафедра фізичної терапії, ерготерапії та спортивної медицини
Розробник(и)	Єжова Ольга Олександрівна
Рівень вищої освіти	Перший рівень вищої освіти, НРК – 6 рівень, QF-LLL – 6 рівень, FQ-EHEA – перший цикл
Семестр вивчення навчальної дисципліни	18 тижнів протягом 1-го семестру
Обсяг навчальної дисципліни	Обсяг становить 5 кред. ЄКТС, 150 год. Для денної форми навчання 54 год. становить контактна робота з викладачем (18 год. лекцій, 36 год. практичних занять), 96 год. становить самостійна робота.
Мова викладання	Українська

2. Місце навчальної дисципліни в освітній програмі

Статус дисципліни	Обов'язкова навчальна дисципліна для освітньої програми "Фізична терапія"
Передумови для вивчення дисципліни	Передумови для вивчення відсутні
Додаткові умови	Додаткові умови відсутні
Обмеження	Обмеження відсутні

3. Мета навчальної дисципліни

формування визначених освітньо-професійною програмою загальних та фахових компетентностей, зокрема здатності навчати пацієнта/опікунів профілактиці захворювань, здоровому способу життя, діяти соціально відповідально та свідомо, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя

4. Зміст навчальної дисципліни

Тема 1 Роль і місце реабілітації у збереженні здоров'я населення

Поняття «глобальне здоров'я», "міжнародне здоров'я", "громадське здоров'я", "індивідуальне здоров'я". Тенденції глобального здоров'я. Сталий розвиток та цілі сталого розвитку. Характеристика проблем і бар'єрів розвитку реабілітації у сучасному світі. Виклики сучасності у резолюції ВООЗ "Реабілітація 2030: заклик до дії". Чинники, що впливають на стан здоров'я. Місце фізичного терапевта у популяризації здорового способу життя.

Тема 2 Теоретичні основи здорового способу життя

Стан здоров'я населення. Основні демографічні показники. Тлумачення основних понять курсу: формування, зміцнення, відновлення здоров'я; спосіб життя; устрій, рівень, якість, стиль життя. Якість життя. Методи дослідження якості життя. Поняття "здоровий стиль життя".

Тема 3 Складові здорового способу життя

Фізична активність. Харчування. Режим праці і відпочинку. Особиста гігієна. Соціальні комунікації. Характеристика складових. Рекомендації ВООЗ щодо складових здорового способу життя

Тема 4 Фізична (рухова) активність та її вплив на здоров'я людини

Поняття про рухову активність. Форми рухової активності. Вплив фізичних вправ на провідні фізіологічні системи організму людини. Рекомендації ВООЗ з організації фізичної активності різних вікових груп

Тема 5 Промоція здоров'я

Історія популяризації здорового способу життя (промоції здоров'я). Діяльність ВООЗ з промоції здоров'я. Провідні документи, що спрямовують діяльність країн щодо збереження здоров'я населення і промоції здоров'я. Міжнародні глобальні конференції з промоції здоров'я. Поняття "психосоціальні навички (життєві навички)". Класифікація життєвих навичок. Профілактичні програми з формування життєвих навичок

Тема 6 Світовий і вітчизняний досвід з популяризації здорового способу життя

Європейська мережа шкіл сприяння здоров'я (Школи Здоров'я у Європі). Причини виникнення ЄМШСЗ. Історія розвитку ЄМШСЗ. Основні завдання ШЗЄ. Моделі школи здоров'я: трьохкомпонентна, п'ятикомпонентна, восьмикомпонентна. Характеристика діяльності ШЗЄ. Критерії діяльності ШЗЄ. Клініка дружня до молоді. Історія виникнення і поширення клінік дружніх до молоді. Мета, завдання КДМ. Принципи діяльності КДМ. Досвід діяльності Сумської КДМ.

Тема 7 Психосоціальні навички

Поняття "психосоціальні або життєві навички". Класифікації і значення психосоціальних навичок для здорового способу життя. Формування психосоціальних навичок у різних вікових групах пацієнтів. Психосоціальні навички у роботі фізичного терапевта, ерготерапевта.

<p>Тема 8 Педагогічні засади популяризації здорового стилю життя</p> <p>Провідні поняття: педагогіка, принципи, закономірності. Характеристика основних принципів. Сутність понять "метод", "методика", "технологія". Їх відмінності. Сучасні форми роботи з популяризації здорового способу життя. Роль фізичного терапевта у промоції здоров'я</p>
<p>Тема 9 Психологічні засади популяризації здорового стилю життя</p> <p>Теорії поведінки. Характеристика ключових теорій поведінки та їх значення для поширення здорового способу життя серед населення: мотиваційні; стадійні; моделі взаємодії-комунікації</p>

5. Очікувані результати навчання навчальної дисципліни

Після успішного вивчення навчальної дисципліни здобувач вищої освіти зможе:

РН1	Застосовувати у професійній діяльності знання з промоції здоров'я, психолого-педагогічних основ здорового способу життя
РН2	Демонструвати навички навчання пацієнтів, членів їх родин профілактиці захворювань, травм, ускладнень та неповносправності, здоровому способу життя
РН3	Вміти спілкуватися вербально і невербально з особами та групами співрозмовників, різними за віком, рівнем освіти, соціальною і професійною приналежністю, психологічними та когнітивними якостями для мотивації до ведення здорового способу життя
РН4	Пояснювати пацієнтам, членам їх родин, колегам і невеликим групам важливість різних видів та форм рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя, психосоціальних навичок і сприяти їх формуванню і розвитку через освіту цих категорій, надання рекомендацій тощо

6. Роль навчальної дисципліни у досягненні програмних результатів

Програмні результати навчання, досягнення яких забезпечує навчальна дисципліна.
Для спеціальності 227 Терапія та реабілітація:

ПР4	Застосовувати у професійній діяльності знання біологічних, медичних, педагогічних та психосоціальних аспектів фізичної терапії та ерготерапії
ПР15	Вербально і невербально спілкуватися з особами та групами співрозмовників, різними за віком, рівнем освіти, соціальною і професійною приналежністю, психологічними та когнітивними якостями тощо, у мультидисциплінарній команді
ПР16	Проводити інструктаж та навчання клієнтів, членів їх родин, колег і невеликих груп

7. Роль освітнього компонента у формуванні соціальних навичок

Загальні компетентності та соціальні навички, формування яких забезпечує навчальна дисципліна:

СН1	Здатність використовувати інформаційні та комунікаційні технології.
-----	---

СН2	Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.
СН3	Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.
СН4	Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу.
СН5	Здатність до міжособистісної взаємодії.
СН6	Здатність працювати в команді.
СН7	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

8. Види навчальних занять

Тема 1. Роль і місце реабілітації у збереженні здоров'я населення	
Лк1 "Роль і місце реабілітації у збереженні здоров'я населення" (денна)	Поняття «глобальне здоров'я», "міжнародне здоров'я", "громадське здоров'я", "індивідуальне здоров'я". Тенденції глобального здоров'я. Сталий розвиток та цілі сталого розвитку. Характеристика проблем і бар'єрів розвитку реабілітації у сучасному світі. Виклики сучасності у резолюції ВООЗ "Реабілітація 2030: заклик до дії". Чинники, що впливають на стан здоров'я. Місце фізичного терапевта, ерготерапевта у популяризації здорового способу життя та реалізації цілей сталого розвитку.
Пр1 "Основні поняття промоції здоров'я" (денна)	Поняття «глобальне здоров'я», "міжнародне здоров'я", "громадське здоров'я", "індивідуальне здоров'я". Тенденції глобального здоров'я. Характеристика проблем і бар'єрів розвитку реабілітації у сучасному світі. Виклики сучасності у резолюції ВООЗ "Реабілітація 2030: заклик до дії". Вивчення даної теми передбачає практичну роботу в навчальній аудиторії з аналізом та порівняльною характеристикою провідних понять, аналізом сучасних тенденцій і викликів у сфері реабілітації, що зазначені в онлайн курсі Фізіоплюс Глобальна потреба у реабілітації
Пр2 "Місце фізичного терапевта, ерготерапевта у популяризації здорового способу життя" (денна)	Чинники, що впливають на стан здоров'я. Місце фізичного терапевта, ерготерапевта у популяризації здорового способу життя. Вивчення даної теми передбачає практичну роботу в навчальній аудиторії, аналіз кейсів, що демонструють роль фізичного терапевта, ерготерапевта у популяризації здорового способу життя та досягненню цілей сталого розвитку, що зазначені в онлайн курсі Фізіоплюс Глобальна потреба у реабілітації
Тема 2. Теоретичні основи здорового способу життя	

<p>Лк2 "Теоретичні основи здорового способу життя" (денна)</p> <p>Стан здоров'я населення. Основні демографічні показники. Причини погіршення стану здоров'я. Поняття "профілактика захворювань". Первинна, вторинна, третинна профілактика захворювань. Тлумачення провідних понять курсу: збереження, формування, зміцнення, відновлення здоров'я; спосіб життя; устрій, рівень, якість, стиль життя. Поняття "здоровий стиль життя".</p>
<p>Пр3 "Теоретичні основи здорового способу життя" (денна)</p> <p>Стан здоров'я населення. Основні демографічні показники. Причини погіршення стану здоров'я. Поняття "профілактика захворювань". Тлумачення провідних понять курсу: збереження, формування, зміцнення, відновлення здоров'я; спосіб життя; устрій, рівень, якість, стиль життя. Поняття "здоровий стиль життя". Вивчення даної теми передбачає теоретичну роботу в навчальній аудиторії, експрес-опитування та роботу у малих групах для обговорення основних понять</p>
<p>Пр4 "Якість життя як показник ефективності роботи фізичного терапевта, ерготерапевта." (денна)</p> <p>Визначення якості життя за різними опитувальниками. Вивчення даної теми передбачає практичну роботу в навчальній аудиторії, експрес-опитування, ознайомлення з методиками проведення дослідження якості життя, анкетування за опитувальниками якості життя (Опитувальник SF-36, WHOQOL -BREF) та трактування отриманих даних, з їх подальшим обговоренням і обміном думками</p>
<p>Тема 3. Складові здорового способу життя</p>
<p>Лк3 "Складові здорового способу життя" (денна)</p> <p>Фізична активність. Харчування. Режим праці і відпочинку. Особиста гігієна. Соціальні комунікації. Характеристика складових. Рекомендації ВООЗ щодо складових здорового способу життя.</p>
<p>Пр5 "Складові здорового способу життя" (денна)</p> <p>Характеристика складових ЗСЖ. Визначення здоров'язбережувальних аспектів власної поведінки за опитувальником М.Войнаровської. Вивчення даної теми передбачає практичну роботу з анкетування за опитувальником М.Войнаровської щодо визначення особливостей ЗСЖ у власній поведінці з подальшим аналізом та обговоренням</p>
<p>Пр6 "Регламентація складових здорового способу життя" (денна)</p> <p>Рекомендації ВООЗ щодо складових здорового способу життя. Вивчення даної теми передбачає практичну роботу в навчальній аудиторії, складання плану власної фізичної активності та рекомендацій до харчування відповідно до рекомендацій ВООЗ з подальшим обговоренням і обміном думками, рефлексією власного досвіду.</p>
<p>Тема 4. Фізична (рухова) активність та її вплив на здоров'я людини</p>
<p>Лк4 "Фізична активність людини" (денна)</p> <p>Поняття про рухову активність. Вплив фізичних вправ на провідні фізіологічні системи організму людини. Рекомендації ВООЗ з організації фізичної активності різних вікових груп. Методи дослідження</p>

<p>Пр7 "Фізична (рухова) активність та її вплив на здоров'я людини" (денна)</p> <p>Вплив фізичної рухової активності на фізіологічні системи організму. Рекомендації ВООЗ щодо рухової активності різних вікових груп. Вивчення даної теми передбачає роботу в навчальній аудиторії з обговоренням і обміном думками, рефлексією власного досвіду переваг фізичної активності за віковими групами</p>
<p>Пр8 "Фізична активність. Методи дослідження" (денна)</p> <p>Аналіз власної рухової активності. План змін власної рухової активності відповідно до складеного плану на занятті 10. Вивчення даної теми передбачає практичну роботу в навчальній аудиторії, ознайомлення з методиками проведення дослідження рухової активності, практичну роботу за опитувальником International Physical Activity Questionnaire – IPAQ та трактування отриманих даних, складання власного плану фізичної активності з подальшим обговоренням</p>
<p>Тема 5. Промоція здоров'я</p>
<p>Лк5 "Промоція здоров'я" (денна)</p> <p>Історія популяризації здорового способу життя (промоції здоров'я). Звіт М.Лалонда. Промоція здоров'я як державна стратегія збереження здоров'я населення. Діяльність ВООЗ з промоції здоров'я. Провідні документи, що спрямовують діяльність країн щодо збереження здоров'я населення і промоції здоров'я. Міжнародні глобальні конференції з промоції здоров'я. Провідні документи ВООЗ з промоції здоров'я: Оттавська Хартія, Бангкокська Хартія, Женевська Хартія.</p>
<p>Пр9 "Промоція здоров'я як стратегія державної політики" (денна)</p> <p>Поняття "промоція здоров'я". Доповідь М.Лалонда та її значення для популяризації здорового способу життя. Напрями промоції здоров'я. Роль освіти у промоції здоров'я. Освіта пацієнтів у роботі фізичних терапевтів, ерготерапевтів. Вивчення даної теми передбачає теоретичну роботу в навчальній аудиторії, ознайомлення з історичними аспектами проблеми і сучасними тенденціями шляхом рефлексії, обговорення і обміну думками</p>
<p>Пр10 "Промоція здоров'я" (денна)</p> <p>Історичні аспекти діяльності ВООЗ з промоції здоров'я. Значення Оттавської Хартії. Провідні принципи Оттавської Хартії. Напрями промоції здоров'я за Оттавською Хартією. Причини прийняття Бангкокської Хартії. Аналіз основних положень Бангкокської Хартії. Сучасні тенденції промоції здоров'я. Женевська Хартія та її ключові положення. Вивчення даної теми передбачає теоретичну роботу в навчальній аудиторії, ознайомлення з прикладами діяльності ВООЗ у контексті промоції здоров'я шляхом перегляду відеороликів, аналіз документів з промоції здоров'я та їх подальше обговорення.</p>
<p>Тема 6. Світовий і вітчизняний досвід з популяризації здорового способу життя</p>

Лк6 "Світовий і вітчизняний досвід з популяризації здорового способу життя" (денна)
Європейська мережа шкіл сприяння здоров'я (Школи Здоров'я у Європі). Причини виникнення ЄМШСЗ. Історія розвитку ЄМШСЗ. Основні завдання ШЗЄ. Моделі школи здоров'я: трьохкомпонентна, п'ятикомпонентна, восьмикомпонентна. Характеристика діяльності ШЗЄ. Критерії діяльності ШЗЄ. Клініка дружня до молоді. Історія виникнення і поширення клінік дружніх до молоді. Мета, завдання КДМ. Принципи діяльності КДМ. Досвід діяльності Сумської КДМ.

Пр11 "Світовий і вітчизняний досвід з популяризації здорового способу життя"
Європейська мережа шкіл сприяння здоров'я (Школи Здоров'я у Європі). Причини виникнення ЄМШСЗ. Історія розвитку ЄМШСЗ. Основні завдання ШЗЄ. Моделі школи здоров'я: трьохкомпонентна, п'ятикомпонентна, восьмикомпонентна. Характеристика діяльності ШЗЄ. Критерії діяльності ШЗЄ. Вивчення даної теми передбачає теоретичну роботу в навчальній аудиторії, ознайомлення з моделями Шкіл здоров'я та їх подальшим аналізом, перегляд відеороликів з подальшим обговоренням

Пр12 "Клініка дружня до молоді як кращий світовий досвід у сфері охорони здоров'я" (денна)
Клініка дружня до молоді. Історія виникнення і поширення клінік дружніх до молоді. Мета, завдання КДМ. Принципи діяльності КДМ. Досвід діяльності Сумської КДМ. Вивчення даної теми передбачає проведення екскурсії до Клініки дружньої до молоді у м.Суми з подальшим обговоренням діяльності і напрямів роботи. У випадку обмежень для очного навчання і дотримання правил безпеки у військовий час здійснюється перегляд відеороликів про діяльність КДМ з їх подальшим обговоренням

Тема 7. Психосоціальні навички

Лк7 "Психосоціальні навички" (денна)
Поняття "психосоціальні або життєві навички". Класифікації і значення психосоціальних навичок. Профілактичні програми з формування життєвих навичок. Досвід їх формування. Завдання фізичного терапевта щодо формування життєвих навичок пацієнтів/клієнтів.

Пр13 "Психосоціальні навички у здоровому способі життя" (денна)
Поняття "психосоціальні або життєві навички". Класифікації і значення психосоціальних навичок. Профілактичні програми з формування життєвих навичок. Досвід їх формування. Завдання фізичного терапевта щодо формування життєвих навичок пацієнтів/клієнтів. Передбачено такі навчальні активності: інтерактивні вправи, робота у малих групах для обговорення психосоціальних навичок за обраними кейсами

Тема 8. Педагогічні засади популяризації здорового стилю життя

Лк8 "Педагогічні засади популяризації здорового стилю життя" (денна)
Характеристика провідних понять. Основні педагогічні принципи у промоції здоров'я. Метод, методика, технологія. Застосування педагогічних вмінь і навичок у роботі фізичного терапевта, ерготерапевта

<p>Пр14 "Педагогічні засади популяризації здорового стилю життя" (денна)</p> <p>Тлумачення понять метод, методика, технологія. Класифікації методів. Педагогічні методи промоції здоров'я у фізичній терапії, ерготерапії. Педагогічні методи, форми і засоби у роботі фізичного терапевта, ерготерапевта. Класифікації методів. Інтерактивні та активні методи навчання. Особливості застосування методів на практиці з різними верствами населення. Вивчення даної теми передбачає практичну роботу в навчальній аудиторії, проведення інтерактивних та активних вправ, робота у малих групах з аналізу кейсів, що ілюструють застосування різних методів.</p>
<p>Пр15 "Заходи з популяризації здорового способу життя та профілактики захворювань" (денна)</p> <p>Студенти у навчальній аудиторії презентують індивідуальні завдання з промоції здоров'я і здорового способу життя, формування життєвих навичок та профілактики захворювань. Під час заняття здійснюється обговорення проєктів та взаємооцінювання робіт</p>
<p>Пр16 "Заходи з популяризації здорового способу життя та профілактики захворювань" (денна)</p> <p>Студенти у навчальній аудиторії демонструють індивідуальні завдання з промоції здоров'я і здорового способу життя, формування життєвих навичок та профілактики захворювань. Під час заняття здійснюється обговорення проєктів та взаємооцінювання робіт</p>
<p>Тема 9. Психологічні засади популяризації здорового стилю життя</p>
<p>Лк9 "Психологічні засади популяризації здорового стилю життя" (денна)</p> <p>Значення психологічних знань для роботи фізичного терапевта, ерготерапевта. Теорії поведінки. Характеристика ключових теорій поведінки та їх значення для поширення здорового способу життя серед населення. Класифікація теорій поведінки: мотиваційні; стадійні; моделі взаємодії-комунікації</p>
<p>Пр17 "Психологічні засади популяризації здорового стилю життя" (денна)</p> <p>Психологічні теорії поведінки. Їх характеристика. Приклади використання теорій поведінки у фізичній терапії. Вивчення даної теми передбачає практичну роботу в навчальній аудиторії, ознайомлення з теоріями на прикладі відеороликів та описаних у літературі кейсах, складання плану застосування однієї з психологічних теорій поведінки у роботі фізичного терапевта, ерготерапевта.</p>
<p>Пр18 "Підсумковий контроль" (денна)</p> <p>Тестування. Складання семестрового диференційованого заліку. Аналіз і обговорення результатів індивідуальних завдань</p>

9. Стратегія викладання та навчання

9.1 Методи викладання та навчання

Дисципліна передбачає навчання через:

МН1	Лекційне навчання
МН2	Електронне навчання

МН3	Командно-орієнтоване навчання (TBL)
МН4	Практикоорієнтоване навчання
МН5	Самостійне навчання
МН6	Кейс-орієнтоване навчання

Викладання дисципліни відбувається із застосуванням сучасних методів навчання (інтерактивні, TBL), які сприяють не тільки розвитку фахових здібностей, а й стимулюють до творчої і наукової діяльності.

Опанування дисципліни розвиває у студентів навички комунікації, лідерства, здатність брати на себе відповідальність, вміння працювати в команді, управляти своїм часом, розуміння важливості дедлайнів, здатність логічно і системно мислити, креативність

9.2 Види навчальної діяльності

НД1	Інтерактивні лекції
НД2	Самонавчання
НД3	Інтерактивні вправи у малих групах
НД4	Перегляд відеороликів з подальшим обговоренням
НД5	Підготовка до підсумкового контролю (захист індивідуального завдання)
НД6	Підготовка до практичних занять
НД7	Рефлексія
НД8	Обговорення і обмін думками
НД9	Аналіз документів різного рівня

10. Методи та критерії оцінювання

10.1. Критерії оцінювання

Визначення	Чотирибальна національна шкала оцінювання	Рейтингова бальна шкала оцінювання
Відмінне виконання лише з незначною кількістю помилок	5 (відмінно)	$170 \leq RD \leq 200$
Вище середнього рівня з кількома помилками	4 (добре)	$140 \leq RD < 169$
Непогано, але зі значною кількістю недоліків	3 (задовільно)	$120 \leq RD < 139$
Можливе повторне складання	2 (незадовільно)	$0 \leq RD < 119$

10.2 Методи поточного формативного оцінювання

	Характеристика	Дедлайн, тижні	Зворотний зв'язок

<p>МФО1 Експрес-опитування</p>	<p>Дозволяє перевірити рівень засвоєння знань. Проводиться у двох формах (письмово або усно) протягом семестру на практичних заняттях</p>	<p>протягом семестру</p>	<p>Обговорення і пояснення за необхідності відразу після опитування завдяки можливості відразу визначити матеріал, що добре засвоїли усі студенти, і матеріал, що усвідомлений недостатньо.</p>
<p>МФО2 Виконання інтерактивних вправ</p>	<p>Інтерактивні вправи широко застосовуються для рефлексії власного досвіду, аналізу кейсів, проблем, обговорення відеороликів. Оцінюється вміння спілкуватися вербально і невербально, підтримувати командну взаємодію, логічність, критичність та креативність мислення тощо</p>	<p>протягом семестру</p>	<p>оцінка обговорюється і підводиться підсумок наприкінці заняття</p>
<p>МФО3 Виконання інтерактивних вправ</p>	<p>Інтерактивні вправи широко застосовуються для рефлексії власного досвіду, аналізу кейсів, проблем, обговорення відеороликів. Оцінюється вміння спілкуватися вербально і невербально, підтримувати командну взаємодію, логічність, критичність та креативність мислення тощо</p>	<p>протягом семестру</p>	<p>оцінюється наприкінці заняття у формі коментарів викладача</p>
<p>МФО4 Виконання інтерактивних вправ</p>	<p>Інтерактивні вправи широко застосовуються для рефлексії власного досвіду, аналізу кейсів, проблем, обговорення відеороликів. Оцінюється вміння спілкуватися вербально і невербально, підтримувати командну взаємодію, логічність, критичність та креативність мислення тощо</p>	<p>протягом семестру</p>	<p>оцінюється наприкінці заняття у формі коментарів викладача</p>
<p>МФО5 Виконання інтерактивних вправ</p>	<p>Інтерактивні вправи широко застосовуються для рефлексії власного досвіду, аналізу кейсів, проблем, обговорення відеороликів. Оцінюється вміння спілкуватися вербально і невербально, підтримувати командну взаємодію, логічність, критичність та креативність мислення тощо</p>	<p>протягом семестру</p>	<p>оцінюється наприкінці заняття у формі коментарів викладача</p>

МФО6 Наявність сертифікатів онлайн курсів	Студент опанує рекомендовані курси на Фізіоплюс для виконання обговорення і обміну думками	3 тижні першого семестру	зарахування результатів опанування онлайн курсів з підтвердженням при експрес-опитуванні та обговоренні теоретичного матеріалу
МФО7 Опитування та усні коментарі викладача за його результатами	Опитування, як правило, проводиться у випадку доцільності замінити експрес-опитування при вивченні складних теоретичних тем. Коментарі викладач надає під час перевірки. Це дозволяє визначити матеріал, що добре засвоїли усі студенти, і матеріал, що усвідомлений недостатньо.	протягом семестру	Під час опитування можливість з'ясувати "проблемні питання і відразу їх пояснити і прокоментувати
МФО8 Опитування та усні коментарі викладача за його результатами	Опитування застосовується для оцінювання аналізу різних документів при вивченні теоретичних тем. Коментарі викладач надає під час перевірки. Це дозволяє визначити рівні аналізу та усвідомлення значення документа для діяльності фізичного терапевта	протягом семестру	Під час опитування можливість з'ясувати "проблемні питання і відразу їх пояснити і прокоментувати
МФО12 Взаємооцінювання (peer assessment)	Студенти аналізують результат виконання індивідуального завдання за визначеними критеріями: два студенти дають розгорнутий аналіз, інші - оцінку у балах. Викладач підсумовує оцінювання і приймає рішення щодо присвоєння суми балів	наприкінці семестру	Максимальна кількість балів за індивідуальне завдання - 80 балів. Мінімальний бал успішного складання завдання - 48 балів

10.3 Методи підсумкового сумативного оцінювання

	Характеристика	Дедлайн, тижні	Зворотний зв'язок
МСО1 Семестровий диференційований залік	Звіт за результатами виконання індивідуального завдання у формі доповіді з презентацією. Студенти аналізують результат виконання індивідуального завдання за визначеними критеріями: два студенти дають розгорнутий аналіз, інші - оцінку у балах. Викладач підсумовує оцінювання і приймає рішення щодо присвоєння суми балів. Тестування проводиться за всіма темами на платформі МІХ.	останній тиждень навчання	оголошується через лист на електронну скриньку, особисто

<p>МСО2 Оцінювання роботи студента на практичних заняттях</p>	<p>При засвоєнні матеріалів курсу студенту за кожне практичне заняття присвоюється максимум 5 балів (оцінка виставляється в традиційній 4 бальній системі оцінювання). Наприкінці семестру обраховується середнє арифметичне успішності студента. Максимальна кількість балів, яку студент може отримати на практичних заняттях протягом навчального семестру – 100. Кількість балів студента вираховується за формулою 100 помножити на середнє арифметичне та поділити на 5.</p>	<p>протягом семестру</p>	<p>Ознайомлення студентів із сумарною оцінкою відбувається через електронну пошту особистого кабінету</p>
---	--	--------------------------	---

Контрольні заходи:

		Максимальна кількість балів	Мінімальна кількість балів	Можливість перескладання з метою підвищення оцінки
1 семестр		200 балів		
МСО1. Семестровий диференційований залік		80		
	Тестування та звіт за результатами виконання індивідуального завдання	80	48	Так
МСО2. Оцінювання роботи студента на практичних заняттях		120		
	усі заплановані види навчальної діяльності на занятті	120	72	Так

При засвоєнні матеріалів курсу студенту за кожне практичне заняття присвоюється максимум 5 балів (оцінка виставляється в традиційній 4 бальній системі оцінювання). Наприкінці семестру обраховується середнє арифметичне успішності студента. Максимальна кількість балів, яку студент може отримати на практичних заняттях протягом навчального семестру – 100. Кількість балів студента вираховується за формулою 100 помножити на середнє арифметичне та поділити на 5. При вивченні теми 1. "Роль і місце реабілітації у збереженні здоров'я населення", Теоретичні основи здорового способу життя" і теми 6. Фізична (рухова) активність та її вплив на здоров'я людини проходження онлайн курсів на платформі "Фізіоплюс" з наявністю сертифікату оцінюється у 20 балів, на заняттях перевіряється рівень знань під час опитування, обговорення. Максимальна кількість балів за поточну навчальну діяльність студента - 120. Студент допускається до заліку за умови виконання вимог навчальної програми та у разі, якщо за поточну навчальну діяльність він набрав не менше 72 балів. За виконання індивідуального завдання студент отримує максимум 60 балів, за підсумкове тестування - 20. У сумі максимальна кількість балів складає 80 балів. Заохочувальні бали додаються до оцінки з дисципліни за виконання індивідуального дослідницького проєкту (виступ на конференції 5 балів, стендова доповідь на конференції 4 бали, тези доповідей 3 бали). Загальний бал з дисципліни не може перевищувати 200 балів.

11. Ресурсне забезпечення навчальної дисципліни

11.1 Засоби навчання

ЗН1	Інформаційно-комунікаційні системи
ЗН2	Бібліотечні фонди
ЗН3	Мультимедіа, відео- і звуковідтворювальна, проєкційна апаратура (відеокамери, проєктори, екрани, смарт телевізор тощо)
ЗН4	Програмне забезпечення (для підтримки дистанційного навчання)

11.2 Інформаційне та навчально-методичне забезпечення

Основна література	
1	Єжова, О.О. Здоровий спосіб життя [Текст] : навч. посіб. / О. О. Єжова. — Суми : Університет. кн., 2019. — 127 с.
2	Єжова О.О., Кириченко В.І. Основи здорового способу життя: навчальний посібник (у друці). - Суми, 2023. - 144 стор.
3	Єжова О.О. Світовий досвід популяризації здоров'я серед підлітків і молоді. Рідна школа. 2022. 1-6. С.17-22.
Допоміжна література	
1	Єжова, О.О. Школи здоров'я у країнах Східної Європи: теорія і практика [Текст] : монографія / О. О. Єжова, А. А. Беседіна, Т. І. Бережна ; за заг. ред. О.О. Єжової. — Суми : СумДУ, 2016. — 288 с.
2	Єжова О. (2020). Здоров'я у системі життєвих цінностей студентів. Рідна школа. 1. 16-20.
4	Єжова О.О. (2018). Теоретичні аспекти формування ціннісного ставлення до здоров'я крізь призму моделей поведінки особливості. Адаптаційні можливості дітей та молоді: мат.ХІІ міжнар.наук.-практ.конф. (Одеса 13-14 вересня 2018 року, Ч.2) / голов. ред. А.І.Босенко. Одеса: видавець Букаєв В.В, 2018. 67-71.
Інформаційні ресурси в Інтернеті	
1	Physical activity programme (онлайн програма на платформі "Фізіоплюс") https://members.physio-pedia.com/physical-activity-programme/
2	Global Health Programme (онлайн програма на платформі "Фізіоплюс") https://members.physio-pedia.com/global-health-programme-course/
3	Strengthening Rehabilitation in Low-Resource Settings (онлайн курс на платформі Фізіоплюс) https://members.physio-pedia.com/strengthening-rehabilitation-in-low-resource-settings-course/
4	WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour https://www.who.int/teams/health-promotion/physical-activity/developing-guidelines-on-physical-activity-and-sedentary-behaviour
5	Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age https://apps.who.int/iris/handle/10665/311664

6	Understanding Rehabilitation as a Health Strategy Programme (онлайн програма на Фізіо плюс) https://members.physio-pedia.com/understanding-rehabilitation-as-a-health-strategy-programme-course/
---	--