

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

СУЧАСНІ ТЕХНОЛОГІЇ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ

Навчальний рік 2021 – 2022

Рівень вищої освіти	другий (магістерський) рівень
Галузь знань	22 Охорона здоров'я
Спеціальність	227 Фізична терапія, ерготерапія
Спеціалізація	227. 01 Фізична терапія
Освітня програма	Фізична терапія
Статус дисципліни	обов'язкова
Мова навчання	українська

Кафедра, яка забезпечує викладання дисципліни	Основ медицини
Курс, семестр, в якому викладається дисципліна	1 курс, 1 семестр
Обсяг дисципліни в кредитах	3 кредити ЄКТС
Кількість модулів	1
Загальна кількість годин (денна форма):	90 год
аудиторних:	32 год
лекції -	12 год
практичні заняття -	20 год
самостійної роботи студента:	58 год
Форма контролю (залік, екзамен)	Екзамен
Викладач, який забезпечує викладання дисципліни	К.мед.н., доцент Мелега К.П., xenia.melega@uzhnu.edu.ua

Метою вивчення навчальної дисципліни «Сучасні технології здоров'язбереження» є формування здоров'язберігаючої, загальнокультурної та професійної компетентності магістрів спеціальності 8.227 Фізична терапія, ерготерапія, спеціалізації 227.01 Фізична терапія відповідно до освітньої програми «Фізична терапія», оволодіння студентами системою теоретичних знань і практичних умінь та навичок, необхідних для ефективної реалізації завдань щодо відновлення, збереження і зміцнення здоров'я, виховання навичок здорового способу життя, профілактики захворювань, зменшення частоти рецидивів і ускладнень наявної патології серед різних категорій населення.

Очікувані результати навчання:

1. **Знати:** характеристику основних складових здоров'я та факторів, що впливають на здоров'я сучасної людини; методи оцінки індивідуального здоров'я; структурні компоненти здорового способу життя; методичні і організаційні підходи до збереження здоров'я, його формування і зміцнення; методи профілактики поширених неінфекційних захворювань сучасності та передчасного старіння.
2. **Розуміти:** механізм розвитку та фактори ризику найбільш розповсюджених хронічних неінфекційних захворювань сучасності; механізм впливу різних шкідливих звичок на організм та способи їх подолання; теоретико-методологічні основи сучасних

- здоров'язберігаючих технологій, спрямованих на забезпечення здорового харчування, достатньої рухової активності, покращення ментального здоров'я, зміцнення організму осіб різних вікових груп та забезпечення здорового старіння.
3. **Вміти:** практично оцінювати спосіб життя та виявляти негативні моменти і фактори ризику найбільш розповсюджених хронічних неінфекційних захворювань сучасності, розробляти і використовувати заходи щодо їх усунення; диференційовано підходити до вибору методів і засобів збереження і зміцнення здоров'я, використовувати сучасні науково-обґрунтовані технології здоров'язбереження; скласти рекомендації з дотримання здорового режиму харчування, рухової активності, режиму праці та відпочинку тощо для осіб різних вікових груп; застосовувати різні методи проведення просвітницьких і профілактичних заходів щодо збереження і зміцнення здоров'я, формування здорового способу життя та культури здоров'я школярів та дорослих.
 4. **Аналізувати** результати оцінки способу життя, показників індивідуального здоров'я та функціональних резервів організму клієнтів/пацієнтів, і на цій основі здійснювати вибір адекватних засобів та оздоровчих технологій, виявляти позитивні та негативні ефекти при проведенні здоров'язберігаючих заходів, розробляти рекомендації щодо їх корекції.
 5. **Розвинути** здатність студентів до творчого поєднання теоретичних знань і практичних навичок, практично використовувати набуті знання щодо збереження і зміцнення власного здоров'я, втілювати принципи здорового способу життя під час здійснення професійної діяльності.
 6. **Оцінювання готовності** студента до самостійної розробки, реалізації та оцінки ефективності розробленої індивідуальної здоров'язберігаючої і/або профілактичної програми для осіб різного віку і статі, застосовувати методики проведення просвітницьких і профілактичних заходів щодо формування здорового способу життя та культури здоров'я дітей та дорослих.

Перелік компетентностей, які набуваються

Загальні компетентності (ЗК):

- здатність оцінювати, критично обговорювати та застосовувати результати наукових досліджень у практичній діяльності (ЗК-3);
- здатність генерувати нові ідеї, брати участь у інноваційних проектах для вирішення клінічних, наукових та освітніх завдань, публікувати результати досліджень у наукових виданнях (ЗК-4);
- здатність ефективно працювати у складі мультидисциплінарної команди (ЗК-5);
- здатність до представлення результатів професійної діяльності та наукових досліджень з використанням сучасних інформаційно - комунікаційних технологій (ЗК-7);
- здатність діяти згідно професійного Етичного Кодексу фізичного терапевта або ерготерапевта та цінувати індивідуальні та культурні відмінності між пацієнтами/клієнтами, членами мультидисциплінарної команди (ЗК-10).

Фахові компетентності спеціальності (ФК):

- здатність пояснювати потребу у заходах фізичної терапії, принципи їх використання і зв'язок з охороною здоров'я (ФК-1);
- здатність провадити професійну діяльність відповідно до потреб здоров'я, культурних цінностей та традицій населення з метою збільшення зайнятої участі пацієнта/клієнта шляхом адаптації його в суспільство (ФК-12);
- здатність навчати пацієнта/опікунів самообслуговуванню/догляду, профілактиці ускладнень, захворювань, травм та неповносправності, здоровому способу життя (ФК-13);
- здатність впроваджувати сучасні наукові дані у практичну діяльність (ФК-16).

Пропонований короткий зміст дисципліни (перелік тем)

Модуль 1

СУЧАСНІ ТЕХНОЛОГІЇ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ: ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ І ПРАКТИКА ОЗДОРОВЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Тема 1. Сучасні технології здоров'язбереження: загальна характеристика і систематизація.

Тема 2. Сучасні технології здоров'язбереження, спрямовані на забезпечення здорового харчування людини.

Тема 3. Сучасні технології здоров'язбереження, спрямовані на підвищення фізичної активності.

Тема 4. Сучасні технології здоров'язбереження, спрямовані на корекцію психоемоційного стану і покращення психічного здоров'я.

Тема 5. Фактори ризику і профілактика розповсюджених неінфекційних захворювань (НІЗ) сучасності з використанням сучасних оздоровчих стратегій.

Тема 6. Сучасні технології здоров'язбереження, спрямовані на попередження старіння і сприяння активному довголіттю.

Засоби оцінювання та методи демонстрування результатів навчання

- тести;
- виконання письмових завдань;
- відповіді на практичних заняттях;
- групові завдання з використанням імітаційних ігор на заняттях;
- презентації результатів виконаних завдань з використанням сучасних мультимедійних технологій;
- співбесіда за результатами самостійної роботи;
- екзамен.

Форми контролю та критерії оцінювання результатів навчання

Форми поточного контролю: індивідуальне усне опитування, тестовий контроль (I-II рівня), письмовий теоретичний контроль, виконання індивідуальних та групових навчальних завдань.

Форма модульного контролю: письмова модульна контрольна робота, яка містить тестові завдання, теоретичні питання.

Форма підсумкового семестрового контролю: іспит (2 семестр) усно / онлайн відеозв'язок через платформу Google Meet

Розподіл балів, які отримують здобувачі вищої освіти

Таблиця 1. Розподіл балів, які отримують здобувачі вищої освіти (модуль 1)

Поточне оцінювання та самостійна робота						Індивідуальний навчальний проект	Модульна контрольна робота	Сума
T1	T2	T3	T4	T5	T6	10	50	100
6	7	7	6	7	7			

T1, T2 ... – теми

Таблиця 2. Розподіл балів, які отримують здобувачі вищої освіти (модуль 2)

Поточне оцінювання та самостійна робота						Індивідуальний навчальний проект	Модульна контрольна робота	Сума
T7	T8	T9	T10	T11	T12	10	50	100
6	7	7	6	7	7			

T7, T8 ... – теми

Таблиця 3. Оцінювання окремих видів навчальної роботи з дисципліни

Вид діяльності здобувача вищої освіти	Модуль 1		Модуль 2	
	Кількість	Максимальна кількість балів (сумарна)	Кількість	Максимальна кількість балів (сумарна)
Практичні (семінарські) заняття	-	-	-	-
Лабораторні заняття (допуск, виконання та захист)	8	20	7	20
Комп'ютерне тестування при тематичному оцінюванні	-	-	-	-
Письмове тестування при тематичному оцінюванні	8	10	7	10
Індивідуальний навчальний проект (у вигляді презентації)	1	10	1	10
Реферат	-	-	-	-
Есе	-	-	-	-
Завдання самостійної роботи	8	10	7	10
Модульна контрольна робота	1	50	1	50
Разом		100		100

Таблиця 4. Шкала модульного поточного оцінювання з дисципліни

Вид діяльності здобувача вищої освіти	Модуль 1, 2	
	Кількість балів	Максимальна кількість балів
Тестовий контроль знань на заняттях (<i>середня оцінка за результатами тестів</i>)	1-10	10
Усна (письмова) відповідь на теоретичні питання (<i>середня оцінка за результатами відповідей</i>)	1-10	10
Виконання практичних індивідуальних та групових завдань на заняттях (<i>середня оцінка за результатами виконання завдань</i>)	1-10	10
Самостійна робота (<i>за якість виконаних завдань</i>)	1 -10	10
Індивідуальний навчальний проект (<i>презентація</i>)	1-10	10
Модульна контрольна робота	1-50	50
Разом		100

Оцінювання самостійної роботи магістрантів, яка передбачена в темі поряд з аудиторною роботою, здійснюється під час поточного контролю теми на відповідному аудиторному занятті. Кількість балів за різні види індивідуальної самостійної роботи студента залежить від її обсягу і значимості, але не більше 10 балів. Ці бали додаються до суми балів, набраних студентом за поточну навчальну діяльність.

Підсумковий модульний контроль з дисципліни проводиться у вигляді іспиту наприкінці 2 семестру навчання у магістратурі і дає можливість визначити кінцевий ступінь рівня і якості засвоєння студентами теоретичних знань та практичних вмінь і навичок з даної дисципліни. Максимальна оцінка з підсумкового (семестрового) контролю виводиться як середнє арифметичне результатів двох модулів і становить максимально 100 балів.

Оцінювання рівня і якості знань студентів заочного відділення

Оцінювання якості знань студентів заочного відділення в умовах організації навчального процесу за кредитно-модульною системою здійснюється за 100-бальною шкалою оцінювання, за шкалою ECTS та національною шкалою оцінювання.

Таблиця 6. Загальна шкала оцінювання: рейтингова, національна та ECTS

СУМА БАЛІВ за 100-бальною шкалою	ОЦІНКА ECTS	ОЦІНКА ЗА НАЦІОНАЛЬНОЮ ШКАЛОЮ	
		екзамен	залік
90-100	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
74-81	C		
64-73	D	задовільно	
60-63	E		
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	
1-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	