

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**Теорія та методика викладання шкільного курсу “Основи здоров’я”**Галузь знань 0102 Фізичне виховання, спорт і здоров’я людиниНапрямок підготовки 6.010203 Здоров’я людиниСтатус дисципліни нормативнаНавчально-науковий інститут Фізичної культури і здоров’яКафедра Теорії та методики фізичного виховання

Форма навчання	Курс	Семестр	Загальний обсяг дисципліни	Кількість годин						Курсова робота	Вид семестрового контролю	
				Аудиторні заняття					Самостійна робота		Залік	Екзамен
				Разом	Лекції	Лабораторні роботи	Практичні заняття	Семінарські заняття				
Денна	III Б	6	90\3	64	32			32	26	-	+	-
	IV Б	7	120\4	48	24			24	72	-	+	-
	IV Б	8	60\2	40	20			20	20	-	-	+
Заочна	III Б	6	90\3	16	8			8	74	-	+	-
	IV Б	7	120\4	16	8			8	104	-	+	-
	IV Б	8	60\2	16	8			8	44	-	-	+

Робоча програма складена на основі освітньої програми та навчального плану підготовки фахівців першого (бакалаврського) рівня вищої освіти

Розробники:

_____ М.І. Лук'яненко, док.пед.н., професор, професор кафедри ТМФВ
 Підпис Ініціали та прізвище викладача, науковий ступінь та вчене звання

_____ Н.П. Мацола, викладач кафедри ТМФВ
 Підпис Ініціали та прізвище викладача, науковий ступінь та вчене звання

Схвалено на засіданні кафедри теорії та методики фізичного виховання.

Протокол № 12 від 21 грудня 2017 р.

/Завідувач кафедри _____ Герасименко С.Ю.
 Підпис Ініціали та прізвище

Схвалено на засіданні науково-методичної ради навчально-наукового інституту фізичної культури і здоров’я.

Протокол № _____ від _____ 2018 р.

Схвалено на засіданні науково-методичної ради університету.

Протокол № _____ від _____ 2018 р.

1. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Мета навчальної дисципліни – формування у студентів фундаментальних знань, вмінь та навичок, які б сприяли формуванню здоров'язбережувальної компетентності школярів, утвердженню ціннісного ставлення до життя і здоров'я, їхньому фізичному, соціальному, психічному і духовному розвитку.

Предметом вивчення навчальної дисципліни є технології оздоровлення людини.

Завдання – розширити та поглибити теоретичні знання студентів з основ здоров'я; сформуванню практичних умінь та навички проведення уроків “Основ здоров'я”; сприяти формуванню у студентів навичок самоосвіти й професійного самовдосконалення.

Заплановані результати навчання :

Студент повинен знати:

- предмет, мету і завдання інтегрованого курсу «Основи здоров'я»;
- структуру та зміст навчального матеріалу інтегрованого курсу «Основи здоров'я»;
- методику організації навчального процесу з основ здоров'я;
- вимоги до навчальних досягнень учнів з основ здоров'я;
- основні форми, методи і стратегії навчання учнів основам здоров'я та безпеці життєдіяльності;
- засоби формування в учнів здоров'язбережувальної компетентності: активної мотивації на ведення здорового способу життя, удосконалення фізичної, соціальної, психічної та духовної складових їх особистого здоров'я, здатності застосовувати всі набуті компетенції в конкретних життєвих або навчальних умовах.

Студент повинен вміти:

а) загальна компетентність:

- творчо використовувати отримані знання з методики навчання основ здоров'я при вирішенні навчально-виховних завдань;
- орієнтуватись у спеціальній науково-педагогічній літературі згідно профілю підготовки;

б) компетентність, що відповідає предмету:

- будувати урок із зазначеної дисципліни як цілісну, складну, динамічну систему, основними складовими якої є організаційний, дидактичний, методичний та оздоровчий аспекти;
- методично грамотно організувати навчальний процес з основ здоров'я;
- правильно оцінювати навчальні досягнення учнів з основ здоров'я, використовувати в навчальному процесі основні форми, методи і стратегії навчання учнів основам здоров'я;
- виховувати в учнів бажання вести здоровий та безпечний спосіб життя;
- формувати в учнів здоров'язбережувальну компетентність шляхом набуття ними навичок здорового способу життя та умінь зберігати і зміцнювати фізичне, соціальне, психічне і духовне здоров'я.

Місце дисципліни у структурно-логічній схемі підготовки фахівців: вивчається паралельно з навчальними дисциплінами: загальна теорія здоров'я, оздоровчі технології, педагогіка здоров'я, психологія здоров'я, безпека життєдіяльності, а також базується на основі знань з гуманітарних, медико-біологічних та спортивно-педагогічних дисциплін.

ЗМІСТ ДИСЦИПЛІНИ

Розділ 1. Здоров'я – найвища цінність людини

Поняття про здоров'я, форми і методи його формування, збереження та зміцнення.

Поняття про здоров'я. Визначення здоров'я. Складові здоров'я: фізична, соціальна, психічна, духовна. Критерії здоров'я. Суспільне, групове і індивідуальне здоров'я, їх характеристики. Основні чинники, що впливають на здоров'я. Рівні здоров'я.

Здоров'я і хвороба, «третій стан».

Здоров'я – багатопланове інтегральне поняття. Хвороба. Фактори, що сприяють розвитку хвороби. Причини хвороб, основні форми, характер розвитку, основні періоди перебігу. Характеристика «третього стану», властивості організму людини.

Стан здоров'я населення України, шляхи його покращення.

Демографічна ситуація в Україні. Показники тривалості життя в Україні та інших країнах. Основні хвороби, що є безпосередньою причиною смерті сучасної людини. Фактори, які зумовлюють погіршення стану здоров'я.

Складові здорового способу життя.

Поняття здорового способу життя. Складові здорового способу життя: раціональне харчування, достатня фізична (рухова) активність та загартування, дотримання режиму дня і саморегуляція організму, єдність з природою, відсутність шкідливих звичок, позитивні емоції. Роль мотивацій і установок сучасної людини у формуванні основ здорового способу життя.

Профілактика здорового способу життя у молодіжному середовищі.

Основні біологічні потреби людини та способи їх задоволення. Насильство та агресія серед дітей. Основні засади профілактики вживання психоактивних речовин у молоді. Попередження комп'ютерної залежності у дітей та підлітків.

Розділ 2. Теоретичні основи методики навчання основ здоров'я

Зміст, мета і завдання предмета «Основи здоров'я».

Мета предмета – формування компетентності зі збереження здоров'я учнів на основі засвоєння ними знань про здоров'я і безпеку, практичних навичок здорового способу життя. Головні завдання предмету «Основи здоров'я». Умови реалізації мети і завдань предмету. Базові поняття предмету.

Засоби навчання основам здоров'я.

Засоби навчання, їх класифікація. Вимоги щодо використання засобів наочності. Прийоми роботи з наочністю.

Методи навчання основ здоров'я.

Методи навчання, їх класифікація. Традиційні методи навчання (словесні, наочні, практичні, контролю і самоконтролю, самостійної роботи). Нетрадиційні методи навчання. Поняття про методи активізації навчально-пізнавальної діяльності. Імітаційні методи активізації навчально-пізнавальної діяльності (інсценування, ділові ігри, аналіз конкретної ситуації, мозкова атака, круглий стіл). Тренінг як метод групового навчання спілкуватися і жити в суспільстві.

Шкільні підручники з основ здоров'я.

Структурні компоненти підручника. Самостійна робота учнів з підручником. Види роботи з підручником. Групи прийомів роботи з підручником.

Позакласна робота та її значення в навчальному процесі.

Навчально-виховне значення позакласної роботи з основ здоров'я. Форми та види позакласної роботи з основ здоров'я. Планування позакласної роботи.

Види, форми й методи контролю знань учнів.

Поняття про контроль. Форми та методи контролю знань учнів. Критерії оцінювання навчальних досягнень учнів. Практичні методи контролю знань.

Учитель основ здоров'я.

Призначення фахівця. Обов'язки фахівця. Фахівець повинен знати. Фахівець повинен уміти. Функції вчителя предмету “Основи здоров'я”. Види робіт, до яких має бути готовий учитель основ здоров'я.

Чинники здоров'язберігаючої діяльності у загальноосвітніх навчальних закладах.

Використання здоров'язберігаючих технологій у навчально-виховному процесі. Формування здоров'язберігаючої компетенції учнів. Організація здоров'язберігаючого середовища в школі. Роль вчителя у здоров'язберігаючій діяльності.

Планування роботи вчителя основ здоров'я.

Перспективний (річний) та тематичний план. Структурні елементи плану-конспекту уроку. Послідовність проведення уроку.

Розділ 3. Особливості методики проведення уроків основ здоров'я.

Навчально-виховне значення шкільного курсу “Основи здоров'я”.

Шкільна програма “Основи здоров'я”, її структура та аналіз. Міжпредметні зв'язки та їх значення в учнів відповідного ставлення, знань і навичок здорового способу життя.

Методика формування понять.

Методика формування санітарно-гігієнічних знань, умінь та навичок. Методика проведення самоспостережень, демонстраційних дослідів та спостережень.

Типологія уроків. Методика проведення уроків засвоєння нових знань.

Структура уроку засвоєння нових знань. Урок засвоєння нових знань з практичною роботою.

Методика проведення сучасного комбінованого уроку та кіноуроку.

Структура комбінованого уроку. Методика проведення практичної роботи комбінованого уроку. Особливості методики демонстрування навчальних кінофільмів.

Методика проведення узагальнюючого уроку та контрольно-облікового уроку.

Структура узагальнюючого уроку. Структура контрольно-облікового уроку. Особливість тематичного обліку знань, умінь та навичок.

Методика проведення проблемних уроків та шкільних екскурсій.

Етапи проблемного навчання. Проблемні методи. Підготовка і план проведення екскурсії. Структурні частини екскурсії.

Розділ 4. Зміст освіти та методика навчання окремих тем предмету “Основи здоров’я”.

Вивчення тематики безпеки життєдіяльності.

Сучасний комплекс проблем безпеки. Інформаційна безпека в Інтернеті. Хвороби цивілізації та реклама.

Способи формування здорової самооцінки. Ефективна комунікація і здорові міжособистісні стосунки.

Емоційна саморегуляція. Управління стресом. Види і способи розв’язання конфліктів. Аналіз проблем і прийняття рішень.

Профілактика девіантної та адиктивної поведінки.

Профілактика вживання тютюну, алкоголю, наркотиків. Формування навичок упевненої поведінки і протидії негативному соціальному тиску.

Проблеми збереження репродуктивного здоров’я підлітків.

Попередження захворювань, що передаються статевим шляхом і ВІЛ/СНІДу. Врахування вікових особливостей учнів при плануванні навчального матеріалу та добору форм і методів проведення занять зі статевого виховання в основній школі.

Організація навчання здоров’ю в старшій школі за рахунок предметів варіативної складової навчального плану.

Питання репродуктивного здоров’я і планування сім’ї – найактуальніші питання юнацького віку. Позакласні форми організації навчання здоров’ю в старшій школі.

Факультативні курси превентивного спрямування: «Корисні звички», «Рівний-рівному».

Позакласна і позашкільна робота. Принципи залучення молоді до планування і проведення заходів з мотивації учнів до здорового способу життя.

Розділ 5. Концептуальні засади методики навчання основ здоров’я у загальноосвітній школі.

Освіта на основі набуття життєвих навичок - ефективна технологія навчання здоровому способу життя.

Сучасна концепція навчання «Основ здоров’я». Основні характеристики ООЖН-технології. Особливості ООЖН.

Характеристика навичок, що сприяють соціальному благополуччю (міжперсональні навички). Характеристика навичок, що сприяють психологічному благополуччю (внутрішньоперсональні навички). Характеристика когнітивних (інтелектуальних) навичок. Характеристика емоційно-вольових навичок.

Форми організації процесу навчання в загальноосвітній школі, які забезпечують формуванню життєвих навичок школярів.

Зміст перспективної та безпосередньої підготовки вчителя до уроків «Основи здоров’я». Загальнодидактичні вимоги до уроку з навчального предмету «Основи здоров’я» та його орієнтовна структура.

Форми та види позаурочної і позакласної роботи здоров’яформуючого спрямування: індивідуальні, групові, масові.

Тренінг як форма організації урочного і позаурочного навчання основам здоров’я. Структура тренінгового заняття. Зміст і методика проведення тренінгових вправ.

Методичні основи вивчення розділів «Здоров’я людини» і «Фізична складова здоров’я».

Зміст і вимоги щодо рівня загальноосвітньої підготовки школярів за темами розділу «Фізична складова здоров'я». Характеристика основних показників фізичного здоров'я. Формування у школярів основ культури харчування як складової здорового способу життя. Актуальність проблеми навчання школярів правилам раціонального харчування.

Методика вивчення розділу «Соціальна складова здоров'я».

Зміст і вимоги щодо рівня загальноосвітньої підготовки школярів за темами розділу «Соціальна складова здоров'я».

Методичні рекомендації щодо вивчення тем про соціальне благополуччя людини та правил безпечної поведінки у навколишньому середовищі. Профілактика шкідливих звичок у контексті формування в учнів навичок протидії негативним соціальним впливам.

Зміст і методичні рекомендації щодо вивчення розділу «Психічна і духовна складові здоров'я».

Змістове наповнення розділу «Психічна і духовна складові здоров'я». Причини виникнення і стадії розвитку конфліктів і методи подолання конфліктних ситуацій.

Орієнтовне проектування уроку, присвяченого спілкуванню з друзями, товаришами (з елементами використання комп'ютерних технологій).

2. СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Назва теми	Кількість годин							
	Денна форма навч.				Заочна форма навч.			
	Лекції	Лабор. заняття	Практ. (семін.)	СРС	Лекції	Лабор. заняття	Практ. (семін.)	СРС
6 семестр								
<i>Розділ 1. Здоров'я – найвища цінність людини.</i>	10		10	8	2		2	25
Тема 1. Поняття про здоров'я, форми і методи його формування, збереження та зміцнення.	2		2	2	2			5
Тема 2. Здоров'я і хвороба, «третій стан».	2		2					5
Тема 3. Стан здоров'я населення України, шляхи його покращення.	2		2	2				5
Тема 4. Складові здорового способу життя.	2		2	2				5
Тема 5. Профілактика здорового способу життя у молодіжному середовищі.	2		2	2			2	5
<i>Розділ 2. Теоретичні основи методики навчання основ здоров'я.</i>	22		22	18	6		6	49
Тема 6. Зміст, мета і завдання предмета «Основи здоров'я».	2		2	2	2			5
Тема 7. Засоби навчання основам здоров'я.	2		2	2			2	5
Тема 8. Методи навчання основ здоров'я.	6		6	2	2			7
Тема 9. Шкільні підручники з основ здоров'я.	2		2	2				5

Тема 10. Позакласна робота та її значення в навчальному процесі.	2		2	2				5
Тема 11. Види, форми й методи контролю знань учнів.	2		2	2			2	5
Тема 12. Учитель основ здоров'я.	2		2	2	2			5
Тема 13. Чинники здоров'язберігаючої діяльності у загальноосвітніх навчальних закладах.	2		2	2				7
Тема 14. Планування роботи вчителя основ здоров'я.	2		2	2			2	5
Разом за 6 семестр	32		32	26	8		8	74

Назва теми	Кількість годин							
	Денна форма навч.				Заочна форма навч.			
	Лекції	Лабор. заняття	Практ. (семін.)	СРС	Лекції	Лабор. заняття	Практ. (семін.)	СРС
7 семестр								
<i>Розділ 3. Особливості методики проведення уроків основ здоров'я.</i>	12		12	36	6			54
Тема 1. Навчально-виховне значення шкільного курсу "Основи здоров'я".	2		2	6	2			9
Тема 2. Методика формування понять.	2		2	6				9
Тема 3. Типологія уроків. Методика проведення уроків засвоєння нових знань.	2		2	6	2			9
Тема 4. Методика проведення сучасного комбінованого уроку та кіноуроку.	2		2	6				9
Тема 5. Методика проведення узагальнюючого уроку та контрольньо-облікового уроку.	2		2	6				9
Тема 6. Методика проведення проблемних уроків та шкільних екскурсій.	2		2	6	2			9
<i>Розділ 4. Зміст освіти та методика навчання окремих тем предмету "Основи здоров'я".</i>	12		12	36	2		8	50
Тема 7. Вивчення тематики безпеки життєдіяльності.	2		2	6			2	9
Тема 8. Способи формування здорової самооцінки. Ефективна комунікація і здорові міжособистісні стосунки.	2		2	6			2	9
Тема 9. Профілактика девіантної та адиктивної поведінки.	2		2	6			2	8
Тема 10. Проблеми збереження репродуктивного здоров'я підлітків.	2		2	6			2	8
Тема 11. Організація навчання здоров'ю в старшій школі за рахунок предметів варіативної складової навчального плану.	2		2	6	2			8

Тема 12. Факультативні курси превентивного спрямування: «Корисні звички», «Рівний-рівному».	2		2	6				8
Разом за 7 семестр	24		24	72	8		8	104

Назва теми	Кількість годин							
	Денна форма навч.				Заочна форма навч.			
	Лекції	Лабор. заняття	Практ. (семін.)	СРС	Лекції	Лабор. заняття	Практ. (семін.)	СРС
8 семестр								
Розділ 5. Концептуальні засади методики навчання основ здоров'я у загальноосвітній школі.	20		20	20	8		8	44
Тема 1. Освіта на основі набуття життєвих навичок - ефективна технологія навчання здоровому способу життя.	4		4	4	2			9
Тема 2. Форми організації процесу навчання в загальноосвітній школі, які забезпечують формуванню життєвих навичок школярів.	4		4	4			2	8
Тема 3. Методичні основи вивчення розділів «Здоров'я людини» і «Фізична складова здоров'я».	4		4	4	2		2	9
Тема 4. Методика вивчення розділу «Соціальна складова здоров'я».	4		4	4	2		2	9
Тема 5. Зміст і методичні рекомендації щодо вивчення розділу «Психічна і духовна складові здоров'я».	4		4	4	2		2	9
Разом за 8 семестр	20		20	20	8		8	44

3. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Зміст лекційного курсу для студентів денної форми навчання 6 семестр

№ з/п	Перелік тем лекцій, їх анотації*	Кількість годин
1	Поняття про здоров'я, форми і методи його формування, збереження та зміцнення. Поняття про здоров'я. Визначення здоров'я. Складові здоров'я: фізична, соціальна, психічна, духовна. Критерії здоров'я. Суспільне, групове і індивідуальне здоров'я, їх характеристики. Основні чинники, що впливають на здоров'я. Рівні здоров'я. [5, с. 10-20]; [7, с. 9-40].	2

2	Здоров'я і хвороба, «третій стан». Здоров'я – багатопланове інтегральне поняття. Хвороба. Фактори, що сприяють розвитку хвороби. Причини хвороб, основні форми, характер розвитку, основні періоди перебігу. Характеристика «третього стану», властивості організму людини. [5, с. 43-48].	2
3	Стан здоров'я населення України, шляхи його покращення. Демографічна ситуація в Україні. Показники тривалості життя в Україні та інших країнах. Основні хвороби, що є безпосередньою причиною смерті сучасної людини. Фактори, які зумовлюють погіршення стану здоров'я. [5, с. 32]; [7, с. 58].	2
4	Складові здорового способу життя. Поняття здорового способу життя. Складові здорового способу життя: раціональне харчування, достатня фізична (рухова) активність та загартування, дотримання режиму дня і саморегуляція організму, єдність з природою, відсутність шкідливих звичок, позитивні емоції. Роль мотивацій і установок сучасної людини у формуванні основ здорового способу життя. [5, с.14]; [7, с. 90].	2
5	Профілактика здорового способу життя у молодіжному середовищі. Основні біологічні потреби людини та способи їх задоволення. Насильство та агресія серед дітей. Основні засади профілактики вживання психоактивних речовин у молоді. Попередження комп'ютерної залежності у дітей та підлітків. [7, с. 147-242].	2
P 2 6	Зміст, мета і завдання предмета «Основи здоров'я». Мета предмета – формування компетентності зі збереження здоров'я учнів на основі засвоєння ними знань про здоров'я і безпеку, практичних навичок здорового способу життя. Головні завдання предмету «Основи здоров'я». Умови реалізації мети і завдань предмету. Базові поняття предмету. [8, с.4]; [10].	2
7	Засоби навчання основам здоров'я. Засоби навчання, їх класифікація. Вимоги щодо використання засобів наочності. Прийоми роботи з наочністю. [8, с. 19].	2
8	Методи навчання основ здоров'я. Методи навчання, їх класифікація. Традиційні методи навчання (словесні, наочні, практичні, контролю і самоконтролю, самостійної роботи). Нетрадиційні методи навчання. Поняття про методи активізації навчально-пізнавальної діяльності. Імітаційні методи активізації навчально-пізнавальної діяльності (інсценування, ділові ігри, аналіз конкретної ситуації, мозкова атака, круглий стіл). Тренінг як метод групового навчання спілкуватися і жити в суспільстві. [8, с. 48].	6

9	Шкільні підручники з основ здоров'я. Структурні компоненти підручника. Самостійна робота учнів з підручником. Види роботи з підручником. Групи прийомів роботи з підручником. [8, с. 14]; [6].	2
10	Позакласна робота та її значення в навчальному процесі. Навчально-виховне значення позакласної роботи з основ здоров'я. Форми та види позакласної роботи з основ здоров'я. Планування позакласної роботи. [8, с. 28]; [6].	2
11	Види, форми й методи контролю знань учнів. Поняття про контроль. Форми та методи контролю знань учнів. Критерії оцінювання навчальних досягнень учнів. Практичні методи контролю знань. [8, с. 48]; [6].	2
12	Учитель основ здоров'я. Призначення фахівця. Обов'язки фахівця. Фахівець повинен знати. Фахівець повинен уміти. Функції вчителя предмета "Основи здоров'я". Види робіт, до яких має бути готовий учитель основ здоров'я. [5, с. 133–145].	2
13	Чинники здоров'язберігаючої діяльності у загальноосвітніх навчальних закладах. Використання здоров'язберігаючих технологій у навчально-виховному процесі. Формування здоров'язберігаючої компетенції учнів. Організація здоров'язберігаючого середовища в школі. Роль вчителя у здоров'язберігаючій діяльності. [7, с. 104-145].	2
14	Планування роботи вчителя основ здоров'я. Перспективний (річний) та тематичний план. Структурні елементи плану-конспекту уроку. Послідовність проведення уроку. [8, с. 17]; [6].	2
Разом за <u>6</u> семестр:		32

**Зміст оглядових лекцій для студентів заочної форми навчання
6 семестр**

№ з/п	Перелік тем лекцій, їх анотації	Кількість годин
1	Поняття про здоров'я, форми і методи його формування, збереження та зміцнення. Поняття про здоров'я. Визначення здоров'я. Складові здоров'я: фізична, соціальна, психічна, духовна. Критерії здоров'я. Суспільне, групове і індивідуальне здоров'я, їх характеристики. Основні чинники, що впливають на здоров'я. Рівні здоров'я. [5, с. 10-20]; [7, с. 9–40].	2

2	Зміст, мета і завдання предмета «Основи здоров'я». Мета предмета – формування компетентності зі збереження здоров'я учнів на основі засвоєння ними знань про здоров'я і безпеку, практичних навичок здорового способу життя. Головні завдання предмету «Основи здоров'я». Умови реалізації мети і завдань предмету. Базові поняття предмету. [8, с.4]; [10].	2
3	Методи навчання основ здоров'я. Методи навчання, їх класифікація. Традиційні методи навчання (словесні, наочні, практичні, контролю і самоконтролю, самостійної роботи). Нетрадиційні методи навчання. Поняття про методи активізації навчально-пізнавальної діяльності. Імітаційні методи активізації навчально-пізнавальної діяльності (інсценування, ділові ігри, аналіз конкретної ситуації, мозкова атака, круглий стіл). Тренінг як метод групового навчання спілкуватися і жити в суспільстві. [8, с. 48].	2
4	Учитель основ здоров'я. Призначення фахівця. Обов'язки фахівця. Фахівець повинен знати. Фахівець повинен уміти. Функції вчителя предмета “Основи здоров'я”. Види робіт, до яких має бути готовий учитель основ здоров'я. [5, с. 133–145].	2
Разом за <u>б</u> семестр:		8

**Перелік семінарських занять
для студентів денної форми навчання
б семестр**

№ з/п	Тема семінарського заняття	Кількість годин
1	Поняття про здоров'я, форми і методи його формування, збереження та зміцнення. Поняття про здоров'я. Визначення здоров'я. Складові здоров'я: фізична, соціальна, психічна, духовна. Критерії здоров'я. Суспільне, групове і індивідуальне здоров'я, їх характеристики. Основні чинники, що впливають на здоров'я. Рівні здоров'я. [5, с. 10-20]; [7, с. 9–40].	2
2	Здоров'я і хвороба, «третій стан». Здоров'я – багатопланове інтегральне поняття. Хвороба. Фактори, що сприяють розвитку хвороби. Причини хвороб, основні форми, характер розвитку, основні періоди перебігу. Характеристика «третього стану», властивості організму людини. [5, с. 43-48].	2
3	Стан здоров'я населення України, шляхи його покращення. Демографічна ситуація в Україні. Показники тривалості життя в Україні та інших країнах. Основні хвороби, що є безпосередньою причиною смерті сучасної людини. Фактори, які зумовлюють погіршення стану здоров'я. [5, с. 32]; [7, с. 58].	2
4	Складові здорового способу життя. Поняття здорового способу життя. Складові здорового способу життя: раціональне харчування, достатня фізична (рухова)	2

	активність та загартування, дотримання режиму дня і саморегуляція організму, єдність з природою, відсутність шкідливих звичок, позитивні емоції. Роль мотивацій і установок сучасної людини у формуванні основ здорового способу життя. [5, с.14]; [7, с. 90].	
5	Профілактика здорового способу життя у молодіжному середовищі. Основні біологічні потреби людини та способи їх задоволення. Насильство та агресія серед дітей. Основні засади профілактики вживання психоактивних речовин у молоді. Попередження комп'ютерної залежності у дітей та підлітків. [7, с. 147-242].	2
6	Зміст, мета і завдання предмета «Основи здоров'я». Мета предмета – формування компетентності зі збереження здоров'я учнів на основі засвоєння ними знань про здоров'я і безпеку, практичних навичок здорового способу життя. Головні завдання предмету «Основи здоров'я». Умови реалізації мети і завдань предмету. Базові поняття предмету. [8, с.4]; [10].	2
7	Засоби навчання основам здоров'я. Засоби навчання, їх класифікація. Вимоги щодо використання засобів наочності. Прийоми роботи з наочністю. [8, с. 19].	2
8	Методи навчання основ здоров'я. Методи навчання, їх класифікація. Традиційні методи навчання (словесні, наочні, практичні, контролю і самоконтролю, самостійної роботи). Нетрадиційні методи навчання. Поняття про методи активізації навчально-пізнавальної діяльності. Імітаційні методи активізації навчально-пізнавальної діяльності (інсценування, ділові ігри, аналіз конкретної ситуації, мозкова атака, круглий стіл). Тренінг як метод групового навчання спілкуватися і жити в суспільстві. [8, с. 48].	6
9	Шкільні підручники з основ здоров'я. Структурні компоненти підручника. Самостійна робота учнів з підручником. Види роботи з підручником. Групи прийомів роботи з підручником. [8, с. 14]; [6].	2
10	Позакласна робота та її значення в навчальному процесі. Навчально-виховне значення позакласної роботи з основ здоров'я. Форми та види позакласної роботи з основ здоров'я. Планування позакласної роботи. [8, с. 28]; [6].	2
11	Види, форми й методи контролю знань учнів. Поняття про контроль. Форми та методи контролю знань учнів. Критерії оцінювання навчальних досягнень учнів. Практичні методи контролю знань. [8, с. 48]; [6].	2
12	Учитель основ здоров'я. Призначення фахівця. Обов'язки фахівця. Фахівець повинен знати. Фахівець повинен уміти. Функції вчителя предмета “Основи здоров'я”. Види робіт, до яких має бути готовий учитель основ здоров'я. [5, с. 133–145].	2

13	Чинники здоров'язберігаючої діяльності у загальноосвітніх навчальних закладах. Використання здоров'язберігаючих технологій у навчально-виховному процесі. Формування здоров'язберігаючої компетенції учнів. Організація здоров'язберігаючого середовища в школі. Роль вчителя у здоров'язберігаючій діяльності. [7, с. 104-145].	2
14	Планування роботи вчителя основ здоров'я. Перспективний (річний) та тематичний план. Структурні елементи плану-конспекту уроку. Послідовність проведення уроку. [8, с. 17]; [6].	2
Разом за бсеместр:		32

**Перелік семінарських занять
для студентів заочної форми навчання
6 семестр**

№ з/п	Тема семінарського заняття	Кількість годин
1	Профілактика здорового способу життя у молодіжному середовищі. Основні біологічні потреби людини та способи їх задоволення. Насильство та агресія серед дітей. Основні засади профілактики вживання психоактивних речовин у молоді. Попередження комп'ютерної залежності у дітей та підлітків. [7, с. 147-242].	2
2	Засоби навчання основам здоров'я. Засоби навчання, їх класифікація. Вимоги щодо використання засобів наочності. Прийоми роботи з наочністю. [8, с. 19].	2
3	Види, форми й методи контролю знань учнів. Поняття про контроль. Форми та методи контролю знань учнів. Критерії оцінювання навчальних досягнень учнів. Практичні методи контролю знань. [8, с. 48]; [6].	2
4	Планування роботи вчителя основ здоров'я. Перспективний (річний) та тематичний план. Структурні елементи плану-конспекту уроку. Послідовність проведення уроку. [8, с. 17]; [6].	2
Разом за бсеместр:		8

Зміст самостійної (індивідуальної) роботи

Номер тижня	Зміст самостійної (індивідуальної) роботи	Кількість годин денна/заочна
2	Сучасні підходи до визначення категорії здоров'я. Критерії визначення рівнів здоров'я. Забезпечення здорового способу життя – шлях до подолання чинників ризику здоров'ю молоді.	2/5

3	Опрацювання теоретичного матеріалу: Здоров'я і хвороба, «третій стан».	0/5
4	Опрацювання теоретичного матеріалу: Показники тривалості життя в Україні та інших країнах. Основні хвороби, що є безпосередньою причиною смерті сучасної людини. Фактори, які зумовлюють погіршення стану здоров'я.	2/5
5	Опрацювання теоретичного матеріалу: Роль мотивацій і установок сучасної людини у формуванні основ здорового способу життя.	2/5
6	Опрацювання теоретичного матеріалу: Профілактика здорового способу життя у молодіжному середовищі.	2/5
7	Формування компетентності зі збереження здоров'я учнів на основі засвоєння ними знань про здоров'я і безпеку, практичних навичок здорового способу життя.	2/5
8	Опрацювання теоретичного матеріалу: Вимоги щодо використання засобів наочності.	2/5
9	Опрацювання теоретичного матеріалу: Традиційні методи навчання (словесні, наочні, практичні, контролю і самоконтролю, самостійної роботи). Нетрадиційні методи навчання.	2/7
10	Опрацювання теоретичного матеріалу: Структурні компоненти підручника. Самостійна робота учнів з підручником. Види роботи з підручником.	2/5
11	Навчально-виховне значення позакласної роботи з основ здоров'я. Форми та види позакласної роботи з основ здоров'я. Планування позакласної роботи.	2/5
12	Опрацювання теоретичного матеріалу: Критерії оцінювання навчальних досягнень учнів. Практичні методи контролю знань.	2/5
13	Види робіт, до яких має бути готовий учитель основ здоров'я.	2/5
14	Опрацювання теоретичного матеріалу: Організація здоров'язберігаючого середовища в школі. Роль вчителя у здоров'язберігаючій діяльності.	2/7
15	Планування роботи вчителя основ здоров'я. Підготовка до написання контрольної роботи по всіх темах.	2/5
Разом за <u>6</u> семестр:		26/74

**Зміст лекційного курсу для студентів денної форми навчання
7 семестр**

№ з/п	Перелік тем лекцій, їх анотації*	Кількість годин
1	Навчально-виховне значення шкільного курсу “Основи здоров'я”. Шкільна програма “Основи здоров'я”, її структура та аналіз. Міжпредметні зв'язки та їх значення в учнів відповідного ставлення, знань і навичок здорового способу життя. [8, с.4-13]; [6].	2

2	Методика формування понять. Методика формування санітарно-гігієнічних знань, умінь та навичок. Методика проведення самостережень, демонстраційних дослідів та спостережень. [8, с.30-34]	2
3	Типологія уроків. Методика проведення уроків засвоєння нових знань. Структура уроку засвоєння нових знань. Урок засвоєння нових знань з практичною роботою. [8, с. 35-38].	2
4	Методика проведення сучасного комбінованого уроку та кіноуроку. Структура комбінованого уроку. Методика проведення практичної роботи комбінованого уроку. Особливості методики демонстрування навчальних кінофільмів. [8, с.38-41].	2
5	Методика проведення узагальнюючого уроку та контрольньо-облікового уроку. Структура узагальнюючого уроку. Структура контрольньо-облікового уроку. Особливість тематичного обліку знань, умінь та навичок. [8, с. 43-46].	2
6	Методика проведення проблемних уроків та шкільних екскурсій. Етапи проблемного навчання. Проблемні методи. Підготовка і план проведення екскурсії. Структурні частини екскурсії. [8, с. 46-48].	2
P 4 7	Вивчення тематики безпеки життєдіяльності. Сучасний комплекс проблем безпеки. Інформаційна безпека в Інтернеті. Хвороби цивілізації та реклама. [6].	2
8	Способи формування здорової самооцінки. Ефективна комунікація і здорові міжособистісні стосунки. Емоційна саморегуляція. Управління стресом. Види і способи розв'язання конфліктів. Аналіз проблем і прийняття рішень. [6].	2
9	Профілактика девіантної та адиктивної поведінки. Профілактика вживання тютюну, алкоголю, наркотиків. Формування навичок упевненої поведінки і протидії негативному соціальному тиску. [6].	2
10	Проблеми збереження репродуктивного здоров'я підлітків. Попередження захворювань, що передаються статевим шляхом і ВІЛ/СНІДу. Врахування вікових особливостей учнів при плануванні навчального матеріалу та добору форм і методів проведення занять зі статевого виховання в основній школі. [6].	2
11	Організація навчання здоров'ю в старшій школі за рахунок предметів варіативної складової навчального плану. Питання репродуктивного здоров'я і планування сім'ї – найактуальніші питання юнацького віку. Позакласні форми організації навчання здоров'ю в старшій школі.[6].	2

12	Факультативні курси превентивного спрямування: «Корисні звички», «Рівний-рівному». Позакласна і позашкільна робота. Принципи залучення молоді до планування і проведення заходів з мотивації учнів до здорового способу життя. [6].	2
Разом за <u>7</u> семестр:		24

**Зміст оглядових лекцій для студентів заочної форми навчання
7 семестр**

№ з/п	Перелік тем лекцій, їх анотації	Кількість годин
1	Навчально-виховне значення шкільного курсу “Основи здоров’я”. Шкільна програма “Основи здоров’я”, її структура та аналіз. Міжпредметні зв’язки та їх значення в учнів відповідного ставлення, знань і навичок здорового способу життя. [8, с.4-13]; [6].	2
2	Типологія уроків. Методика проведення уроків засвоєння нових знань. Структура уроку засвоєння нових знань. Урок засвоєння нових знань з практичною роботою. [8, с. 35-38].	2
3	Методика проведення проблемних уроків та шкільних екскурсій. Етапи проблемного навчання. Проблемні методи. Підготовка і план проведення екскурсії. Структурні частини екскурсії. [8, с. 46-48].	2
4	Організація навчання здоров’ю в старшій школі за рахунок предметів варіативної складової навчального плану. Питання репродуктивного здоров’я і планування сім’ї – найактуальніші питання юнацького віку. Позакласні форми організації навчання здоров’ю в старшій школі.[6].	2
Разом за <u>7</u> семестр:		8

**Перелік семінарських занять
для студентів денної форми навчання
7 семестр**

№ з/п	Тема семінарського заняття	Кількість годин
1	Навчально-виховне значення шкільного курсу “Основи здоров’я”. Шкільна програма “Основи здоров’я”, її структура та аналіз. Міжпредметні зв’язки та їх значення в учнів відповідного ставлення, знань і навичок здорового способу життя. [8, с.4-13]; [6].	2

2	Методика формування понять. Методика формування санітарно-гігієнічних знань, умінь та навичок. Методика проведення самоспостережень, демонстраційних дослідів та спостережень. [8, с.30-34]	2
3	Типологія уроків. Методика проведення уроків засвоєння нових знань. Структура уроку засвоєння нових знань. Урок засвоєння нових знань з практичною роботою. [8, с. 35-38].	2
4	Методика проведення сучасного комбінованого уроку та кіноуроку. Структура комбінованого уроку. Методика проведення практичної роботи комбінованого уроку. Особливості методики демонстрування навчальних кінофільмів. [8, с.38-41].	2
5	Методика проведення узагальнюючого уроку та контрольньо-облікового уроку. Структура узагальнюючого уроку. Структура контрольньо-облікового уроку. Особливість тематичного обліку знань, умінь та навичок. [8, с. 43-46].	2
6	Методика проведення проблемних уроків та шкільних екскурсій. Етапи проблемного навчання. Проблемні методи. Підготовка і план проведення екскурсії. Структурні частини екскурсії. [8, с. 46-48].	2
7	Вивчення тематики безпеки життєдіяльності. Сучасний комплекс проблем безпеки. Інформаційна безпека в Інтернеті. Хвороби цивілізації та реклама. [6].	2
8	Способи формування здорової самооцінки. Ефективна комунікація і здорові міжособистісні стосунки. Емоційна саморегуляція. Управління стресом. Види і способи розв'язання конфліктів. Аналіз проблем і прийняття рішень. [6].	2
9	Профілактика девіантної та адиктивної поведінки. Профілактика вживання тютюну, алкоголю, наркотиків. Формування навичок упевненої поведінки і протидії негативному соціальному тиску. [6].	2
10	Проблеми збереження репродуктивного здоров'я підлітків. Попередження захворювань, що передаються статевим шляхом і ВІЛ/СНІДу. Врахування вікових особливостей учнів при плануванні навчального матеріалу та добору форм і методів проведення занять зі статевого виховання в основній школі. [6].	2
11	Організація навчання здоров'ю в старшій школі за рахунок предметів варіативної складової навчального плану. Питання репродуктивного здоров'я і планування сім'ї – найактуальніші питання юнацького віку. Позакласні форми організації навчання здоров'ю в старшій школі.[6].	2
12	Факультативні курси превентивного спрямування: «Корисні звички», «Рівний-рівному». Позакласна і позашкільна робота. Принципи залучення молоді до планування і проведення заходів з мотивації учнів до здорового способу життя. [6].	2
Разом за 7 семестр:		24

**Перелік семінарських занять
для студентів заочної форми навчання
7 семестр**

№ з/п	Тема семінарського заняття	Кількість годин
1	Вивчення тематики безпеки життєдіяльності. Сучасний комплекс проблем безпеки. Інформаційна безпека в Інтернеті. Хвороби цивілізації та реклама. [6].	2
2	Способи формування здорової самооцінки. Ефективна комунікація і здорові міжособистісні стосунки. Емоційна саморегуляція. Управління стресом. Види і способи розв'язання конфліктів. Аналіз проблем і прийняття рішень.[6].	2
3	Профілактика девіантної та адиктивної поведінки. Профілактика вживання тютюну, алкоголю, наркотиків. Формування навичок упевненої поведінки і протидії негативному соціальному тиску. [6].	2
4	Проблеми збереження репродуктивного здоров'я підлітків. Попередження захворювань, що передаються статевим шляхом і ВІЛ/СНІДу. Врахування вікових особливостей учнів при плануванні навчального матеріалу та добору форм і методів проведення занять зі статевого виховання в основній школі.[6].	2
Разом за 7 семестр:		8

Зміст самостійної (індивідуальної) роботи

Номер тижня	Зміст самостійної (індивідуальної) роботи	Кількість годин денна/заочна
2	Ознайомлення із навчальною програмою “Основи здоров'я”.	6/9
3	Опрацювання теоретичного матеріалу: Методика формування санітарно-гігієнічних знань, умінь та навичок. Методика проведення самоспостережень, демонстраційних дослідів та спостережень.	6/9
4	Опрацювання теоретичного матеріалу: завдання і особливості уроків засвоєння знань. Скласти конспект уроку засвоєння знань.	6/9
5	Опрацювання теоретичного матеріалу: Методика проведення сучасного комбінованого уроку та кіноуроку.	6/9
6	Опрацювання теоретичного матеріалу: Методика проведення узагальнюючого уроку та контрольної-облікового уроку.	6/9
7	Розробити план екскурсії на тему за вибором згідно до програми.	6/9
8	Опрацювання теоретичного матеріалу: Сучасний комплекс проблем безпеки.	6/9
9	Опрацювання теоретичного матеріалу: Способи формування здорової самооцінки. Ефективна комунікація і здорові міжособистісні стосунки.	6/9
10	Опрацювання теоретичного матеріалу: Профілактика девіантної та адиктивної поведінки.	6/8
11	Опрацювання теоретичного матеріалу: Проблеми збереження репродуктивного здоров'я підлітків.	6/8

12	Опрацювання теоретичного матеріалу: Позакласні форми організації навчання здоров'ю в старшій школі.	6/8
13	Принципи залучення молоді до планування і проведення заходів з мотивації учнів до здорового способу життя. Підготовка до написання контрольної роботи по всіх темах.	6/8
Разом за 7 семестр:		72/104

**Зміст лекційного курсу для студентів денної форми навчання
8 семестр**

№ з/п	Перелік тем лекцій, їх анотації*	Кількість годин
1	Освіта на основі набуття життєвих навичок - ефективна технологія навчання здоровому способу життя. Сучасна концепція навчання «Основ здоров'я». Основні характеристики ООЖН-технології. Особливості ООЖН. Характеристика навичок, що сприяють соціальному благополуччю (міжперсональні навички). Характеристика навичок, що сприяють психологічному благополуччю (внутрішньо-персональні навички). Характеристика когнітивних (інтелектуальних) навичок. Характеристика емоційно-вольових навичок. [6], [11].	4
2	Форми організації процесу навчання в загальноосвітній школі, які забезпечують формуванню життєвих навичок школярів. Зміст перспективної та безпосередньої підготовки вчителя до уроків «Основи здоров'я». Загальнодидактичні вимоги до уроку з навчального предмету «Основи здоров'я» та його орієнтовна структура. Форми та види позаурочної і позакласної роботи здоров'яформуючого спрямування: індивідуальні, групові, масові. Тренінг як форма організації урочного і позаурочного навчання основам здоров'я. Структура тренінгового заняття. Зміст і методика проведення тренінгових вправ. [6], [11].	4
3	Методичні основи вивчення розділів «Здоров'я людини» і «Фізична складова здоров'я». Зміст і вимоги щодо рівня загальноосвітньої підготовки школярів за темами розділу «Фізична складова здоров'я». Характеристика основних показників фізичного здоров'я. Формування у школярів основ культури харчування як складової здорового способу життя. Актуальність проблеми навчання школярів правилам раціонального харчування. [6].	4
4	Методика вивчення розділу «Соціальна складова здоров'я». Зміст і вимоги щодо рівня загальноосвітньої підготовки школярів за темами розділу «Соціальна складова здоров'я». Методичні рекомендації щодо вивчення тем про соціальне благополуччя людини та правил безпечної поведінки у навколишньому середовищі. Профілактика шкідливих звичок у контексті формування в учнів навичок протидії негативним соціальним впливам. [6].	4

5	Зміст і методичні рекомендації щодо вивчення розділу «Психічна і духовна складові здоров'я». Змістове наповнення розділу «Психічна і духовна складові здоров'я». Причини виникнення і стадії розвитку конфліктів і методи подолання конфліктних ситуацій. Орієнтовне проектування уроку, присвяченого спілкуванню з друзями, товаришами (з елементами використання комп'ютерних технологій). [6].	4
Разом за 8 семестр:		20

**Зміст оглядових лекцій для студентів заочної форми навчання
8 семестр**

№ з/п	Перелік тем лекцій, їх анотації	Кількість годин
1	Освіта на основі набуття життєвих навичок - ефективна технологія навчання здоровому способу життя. Сучасна концепція навчання «Основ здоров'я». Основні характеристики ООЖН-технології. Особливості ООЖН. Характеристика навичок, що сприяють соціальному благополуччю (міжперсональні навички). Характеристика навичок, що сприяють психологічному благополуччю (внутрішньо-персональні навички). Характеристика когнітивних (інтелектуальних) навичок. Характеристика емоційно-вольових навичок. [6], [11].	2
2	Методичні основи вивчення розділів «Здоров'я людини» і «Фізична складова здоров'я». Зміст і вимоги щодо рівня загальноосвітньої підготовки школярів за темами розділу «Фізична складова здоров'я». Характеристика основних показників фізичного здоров'я. Формування у школярів основ культури харчування як складової здорового способу життя. Актуальність проблеми навчання школярів правилам раціонального харчування. [6].	2
3	Методика вивчення розділу «Соціальна складова здоров'я». Зміст і вимоги щодо рівня загальноосвітньої підготовки школярів за темами розділу «Соціальна складова здоров'я». Методичні рекомендації щодо вивчення тем про соціальне благополуччя людини та правил безпечної поведінки у навколишньому середовищі. Профілактика шкідливих звичок у контексті формування в учнів навичок протидії негативним соціальним впливам. [6].	2
4	Зміст і методичні рекомендації щодо вивчення розділу «Психічна і духовна складові здоров'я». Змістове наповнення розділу «Психічна і духовна складові здоров'я». Причини виникнення і стадії розвитку конфліктів і методи подолання конфліктних ситуацій. Орієнтовне проектування уроку, присвяченого спілкуванню з друзями, товаришами (з елементами використання комп'ютерних технологій). [6].	2
Разом за 8 семестр:		8

**Перелік семінарських занять
для студентів денної форми навчання
8 семестр**

№ з/п	Тема семінарського заняття	Кількість годин
1	<p>Освіта на основі набуття життєвих навичок - ефективна технологія навчання здоровому способу життя. Сучасна концепція навчання «Основ здоров'я». Основні характеристики ООЖН-технології. Особливості ООЖН. Характеристика навичок, що сприяють соціальному благополуччю (міжперсональні навички). Характеристика навичок, що сприяють психологічному благополуччю (внутрішньоперсональні навички). Характеристика когнітивних (інтелектуальних) навичок. Характеристика емоційно-вольових навичок. [6], [11].</p>	4
2	<p>Форми організації процесу навчання в загальноосвітній школі, які забезпечують формуванню життєвих навичок школярів. Зміст перспективної та безпосередньої підготовки вчителя до уроків «Основ здоров'я». Загальнодидактичні вимоги до уроку з навчального предмету «Основ здоров'я» та його орієнтовна структура. Форми та види позаурочної і позакласної роботи здоров'яформуючого спрямування: індивідуальні, групові, масові. Тренінг як форма організації урочного і позаурочного навчання основам здоров'я. Структура тренінгового заняття. Зміст і методика проведення тренінгових вправ. [6], [11].</p>	4
3	<p>Методичні основи вивчення розділів «Здоров'я людини» і «Фізична складова здоров'я». Зміст і вимоги щодо рівня загальноосвітньої підготовки школярів за темами розділу «Фізична складова здоров'я». Характеристика основних показників фізичного здоров'я. Формування у школярів основ культури харчування як складової здорового способу життя. Актуальність проблеми навчання школярів правилам раціонального харчування. [6].</p>	4
4	<p>Методика вивчення розділу «Соціальна складова здоров'я». Зміст і вимоги щодо рівня загальноосвітньої підготовки школярів за темами розділу «Соціальна складова здоров'я». Методичні рекомендації щодо вивчення тем про соціальне благополуччя людини та правил безпечної поведінки у навколишньому середовищі. Профілактика шкідливих звичок у контексті формування в учнів навичок протидії негативним соціальним впливам. [6].</p>	4
5	<p>Зміст і методичні рекомендації щодо вивчення розділу «Психічна і духовна складові здоров'я». Змістове наповнення розділу «Психічна і духовна складові здоров'я». Причини виникнення і стадії розвитку конфліктів і методи подолання конфліктних ситуацій. Орієнтовне проектування уроку, присвяченого спілкуванню з друзями, товаришами (з елементами використання комп'ютерних технологій). [6].</p>	4
Разом за 8 семестр:		20

**Перелік семінарських занять
для студентів заочної форми навчання
8 семестр**

№ з/п	Тема семінарського заняття	Кількість годин
1	Форми організації процесу навчання в загальноосвітній школі, які забезпечують формуванню життєвих навичок школярів. Зміст перспективної та безпосередньої підготовки вчителя до уроків «Основи здоров'я». Загальнодидактичні вимоги до уроку з навчального предмету «Основи здоров'я» та його орієнтовна структура. Форми та види позаурочної і позакласної роботи здоров'яформуючого спрямування: індивідуальні, групові, масові. Тренінг як форма організації урочного і позаурочного навчання основам здоров'я. Структура тренінгового заняття. Зміст і методика проведення тренінгових вправ. [6], [11].	2
2	Методичні основи вивчення розділів «Здоров'я людини» і «Фізична складова здоров'я». Зміст і вимоги щодо рівня загальноосвітньої підготовки школярів за темами розділу «Фізична складова здоров'я». Характеристика основних показників фізичного здоров'я. Формування у школярів основ культури харчування як складової здорового способу життя. Актуальність проблеми навчання школярів правилам раціонального харчування. [6].	2
3	Методика вивчення розділу «Соціальна складова здоров'я». Зміст і вимоги щодо рівня загальноосвітньої підготовки школярів за темами розділу «Соціальна складова здоров'я». Методичні рекомендації щодо вивчення тем про соціальне благополуччя людини та правил безпечної поведінки у навколишньому середовищі. Профілактика шкідливих звичок у контексті формування в учнів навичок протидії негативним соціальним впливам. [6].	2
4	Зміст і методичні рекомендації щодо вивчення розділу «Психічна і духовна складові здоров'я». Змістове наповнення розділу «Психічна і духовна складові здоров'я». Причини виникнення і стадії розвитку конфліктів і методи подолання конфліктних ситуацій. Орієнтовне проектування уроку, присвяченого спілкуванню з друзями, товаришами (з елементами використання комп'ютерних технологій). [6].	2
Разом за 8 семестр:		8

Зміст самостійної (індивідуальної) роботи

Номер тижня	Зміст самостійної (індивідуальної) роботи	Кількість годин денна/заочна
2	Ознайомлення із сучасною концепцією навчання “Основи здоров'я”.	4/9
3	Опрацювання теоретичного матеріалу: Форми організації процесу навчання в загальноосвітній школі, які забезпечують формуванню життєвих навичок школярів.	4/8
4	Опрацювання навчальної програми: Зміст і вимоги щодо рівня	4/9

	загальноосвітньої підготовки школярів за темами розділу «Фізична складова здоров'я».	
5	Опрацювання навчальної програми: Зміст і вимоги щодо рівня загальноосвітньої підготовки школярів за темами розділу «Соціальна складова здоров'я».	4/9
6	Опрацювання навчальної програми: Змістове наповнення розділу «Психічна і духовна складові здоров'я».	4/9
Разом за 8 семестр:		20/44

4. ІНДИВІДУАЛЬНІ ЗАВДАННЯ

Індивідуальні завдання для самостійної роботи студентів не передбачені.

5. МЕТОДИ НАВЧАННЯ

В ході лекцій використовуються наступні методи: пояснювально-ілюстративний, або інформаційно-рецептивний метод (розповідь, лекція, пояснення, робота з підручником, демонстрація та ін.), проблемний метод подачі навчального матеріалу, частково-пошуковий або евристичний методи — коли викладач розділяє проблему на частини, студенти здійснюють окремі кроки щодо розв'язування підпроблем. Під час викладання навчального матеріалу лекції використовується мультимедійна презентація.

Перелік методів навчання, що використовуються у процесі вивчення дисципліни:

За типом пізнавальної діяльності: пояснювально-ілюстративний, репродуктивний, проблемного викладу, дослідницький, аналітичний, індуктивний, дедуктивний.

За основними етапами процесу: формування знань, формування умінь і навичок, застосування знань, узагальнення, закріплення, перевірка.

За системним підходом: стимулювання та мотивація, контроль та самоконтроль.

За джерелами знань: словесні (розповідь, пояснення, лекція), наочні (демонстрація, ілюстрація).

За рівнем самостійної розумової діяльності: проблемний, частково-пошуковий, дослідницький, метод проблемного викладання.

Творчі завдання робота в малих групах, семінари-дискусії, мозкові атаки, презентації, рольові ігри, робота в Інтернет.

6. МЕТОДИ КОНТРОЛЮ

Поточний контроль здійснюється під час проведення семінарських занять у формі:

- усного опитування,
- виступів студентів при обговоренні теоретичних питань,
- контролю засвоєння навчального матеріалу, запланованого на самостійне опрацювання студентом,
- письмового тестування.

7. ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

Усні відповіді студента на практичних заняттях, рівень засвоєння навчального матеріалу, відведеного на самостійне опрацювання студентом, рівень засвоєння практичних навичок оцінюються в традиційних оцінках «5», «4», «3», «2».

Традиційні оцінки конвертуються в бали за формулою:

$$x = \frac{A}{n} \cdot \frac{K}{5}, \text{ де}$$

К – максимальна кількість балів, які студент може отримати за усні відповіді, чи тестовий контроль упродовж вивчення змістового розділу;

A – сума усіх поточних оцінок за чотирибальною шкалою при вивченні тематичного розділу, включаючи оцінки «2», **n** – кількість цих оцінок (не менше трьох за семестр)

$\frac{A}{n}$ – середня оцінка за усні відповіді чи тестовий контроль. Кількість балів x заокруглюють до цілих. Якщо середня оцінка поточного контролю менша за 2,5, то $x = 0$.

Самостійна робота студентів, яка передбачена в темі поряд з аудиторною роботою, оцінюється під час поточного контролю теми на відповідному семінарському занятті.

Семестрова підсумкова оцінка у VI і VII семестрі визначається як сума балів з усіх видів навчальної роботи. Залік у VI і VII семестрі отримують студенти, що виконали всі види робіт, які були передбачені робочою програмою.

Семестрова підсумкова оцінка VIII семестрі виставляється за результатами поточного контролю та екзамену. У цьому випадку результати як поточного контролю так і екзамену оцінюються за 100-бальною шкалою кожен.

Сумарна кількість балів з дисципліни визначається як середньозважена поточної успішності за три семестри з ваговим коефіцієнтом 0,6 та оцінки за екзамен у 100-бальній шкалі з ваговим коефіцієнтом 0,4 і знаходиться за формулою:

$$S_{\text{сум.}} = 0,6 * S_{\text{пот.зв.}} + 0,4 * S_{\text{ідс.}},$$

де $S_{\text{пот.зв.}}$ – середньозважена кількість балів за поточний контроль у трьох семестрах, що визначається за формулою

$$S_{\text{пот.зв.}} = (K1 * S_{\text{пот.1}} + K2 * S_{\text{пот.2}} + K3 * S_{\text{пот.3}}) / (K1 + K2 + K3);$$

$S_{\text{пот.1}}, S_{\text{пот.2}}, S_{\text{пот.3}}$ – кількість балів за поточний контроль відповідно у шостому, сьомому та восьмому семестрах, K_1, K_2 та K_3 – число кредитів у шостому, сьомому та восьмому семестрах; $S_{\text{ідс.}}$ – кількість балів за підсумковий контроль (екзамен).

Оцінка виставляється за шкалами оцінювання: стобальною, національною і ЄКТС.

Розподіл 100 балів між видами робіт:

	Семестр - 6	Семестр - 7	Семестр - 8	
Поточна успішність	60	60	60	
Контрольна робота	30	30	40	
Співбесіда з лектором	10	10	-	
Форма контролю	Залік	Залік	Екзамен	Екзамен
Всього балів	100	100	100	100
	Середньозважена за три семестри (до 100)			
Ваговий коефіцієнт		0,6		0,4

8. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Основна:

1. Бойченко Т.Є. Основи здоров'я: Книга для вчителя / Т.Є. Бойченко, Л.С. Ващенко. – К.: Генеза, 2005.
2. Ващенко О.М. Організація навчально-виховного процесу з «Основ здоров'я» в 1-4 класах / О.Ващенко. – Кам'янець-Подільський: ФОП Сисин_О.В., 2010.
3. Валеологія в схемах: навч. посіб. / М.С. Гончаренко. – Х.: Бурун Книга, 2005. – 208 с.
4. Державний стандарт базової та повної загальної середньої освіти // Практика управління закладом освіти: спецвипуск. – К.: МЦФЕР, 2012.

5. Загальна і педагогічна валеологія в схемах, таблицях і коментарях: навч. посіб. для студ. ВНЗ / В.П. Горашук. – Луганськ: Вид-во ДЗ ЛНУ імені Тараса Шевченка, 2010. – 214 с.
6. Основи здоров'я. Програма для загальноосвітніх навчальних закладів. 5- 9 класи // Навчальні програми для загальноосвітніх навчальних закладів із навчанням українською мовою. 5-9 класи. – К.: Освіта, 2012. – С. 314-330.
7. Педагогіка здоров'я: теорія і практика: монографія / М.І. Лук'яненко – Дрогобич: Редакційно-видавничий відділ Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка, 2012. – 348 с.
8. Тимченко Г. М., Тимченко А. М. Загальні питання методики викладання валеологічних дисциплін: методичний посібник / Г. М. Тимченко, Тимченко А. М. – Х. : ХНУ імені В. Н. Каразіна, 2013. – 64 с.

Допоміжна

9. Батькам – про валеологію : посібник для батьків старшокласників / [Бойченко Т., Колотій Н., Царенко А., Жеребецький Ю. та ін.] – К. : [б. в.], 2000. – 152 с.
10. Навчання здоровому способу життя на засадах розвитку навичок через систему шкільної освіти: оцінка ситуації / [Балакірева О. М., Ващенко Л. С., Сакович О. Т. та ін.] – К. : Державний інститут проблем сім'ї та молоді, 2004. – 108 с.
11. Концепція навчання здорового способу життя на засадах розвитку навичок : [інформ. зб. з життєвих навичок] / [авт.-упоряд. Марі-Ноель Бело]. – К. : Генеза, 2005. – 80 с.
12. Приклади вправ для виконання учнями на уроках з «Основ здоров'я» : [інформ. зб. з життєвих навичок] / [авт.-упоряд. Марі-Ноель Бело]. – К. : Генеза, 2005. – 68 с.
13. Рівень поширення і тенденції вживання тютюну, алкогольних напоїв, наркотичних речовин серед учнівської молоді України: 2011 / [О. М. Балакірева, Т. В. Бондар, Ю. П. Галіч та ін.]. – К. : ТОВ ВПК «ОБНОВА», 2011. – 176 с.
14. Розвиток партнерства. Формування мотивації до ведення здорового способу життя серед молоді: Практ. поради та приклади : [інформ. зб. з життєвих навичок] / [авт.-упоряд. Марі-Ноель Бело]. – К. : Генеза, 2005. – 48 с.

9. Інтернет ресурси:

15. <http://mon.gov.ua>
16. <http://iitzo.gov.ua>
17. <http://vzvo.gov.ua>
18. <http://autta.org.ua/ua/materials/material/SHkola-druzhnya-do-ditini/>
19. <http://who.org>
20. <http://ufpa.com.ua>
21. www.msf.org.ua
22. www.unaids.org