



**Силабус навчальної дисципліни
«Основи здорового способу життя»**

Спеціальність	232 «Соціальне забезпечення»
Освітня програма	Управління соціальною сферою
Освітній рівень	Перший (бакалаврський) рівень вищої освіти
Статус дисципліни	Обов'язкова
Мова викладання	Українська
Курс / семестр	1 курс, 2 семестр
Кількість кредитів ЄКТС	4 кредити
Розподіл за видами занять та годинами навчання	Лекції – 24 год. Практичні (семінарські) – 24 год. Самостійна робота – 72 год.
Форма підсумкового контролю	Залік
Кафедра	Кафедра соціальної економіки, ауд. 217 головного корпусу, сайт кафедри: http://se.hneu.edu.ua
Викладач (-і)	Касьмін Денис Сергійович, к.е.н., доцент
Контактна інформація викладача (-ів)	denys.kasmin@hneu.net
Дні занять	Лекції: згідно діючого розкладу занять Практичні: згідно діючого розкладу занять
Консультації	На кафедрі соціальної економіки, очні, відповідно до графіку консультацій, індивідуальні, чат в ПНС

Мета навчальної дисципліни: формування у здобувачів необхідного обсягу знань з теоретико-методичних і практичних основ, щодо збереження здоров'я працездатного населення, формування та розвитку культури здоров'я у населення.

Структурно-логічна схема вивчення навчальної дисципліни

Пререквізити	Постреквізити
Вступ до фаху	Теорія соціальної роботи
Демографія	Людський розвиток
	Основи соціальної політики
	Ринок праці та зайнятість населення
	Соціальний аудит та інспектування

Зміст навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. Основи здорового способу життя.

Тема 1. Основи здоров'я і здорового способу життя.

Тема 2. Фактори здоров'я.

Тема 3. Здоровий спосіб життя.

Тема 4. Рухова активність і здоров'я.

Тема 5. Психологічні основи здоров'я.

Змістовий модуль 2. Основи життєдіяльності людини.

Тема 6. Основи раціонального харчування.

Тема 7. Імунітет і здоров'я.

Тема 8. Терморегуляція і здоров'я.

Тема 9. Раціональна організація життєдіяльності.

Тема 10. Важкість праці та методи її оцінювання.

Матеріально-технічне (програмне) забезпечення дисципліни

Мультимедійний проектор, ПНС ХНЕУ ім.С.Кузнеця, ZOOM



Форми та методи оцінювання

Університет використовує 100 бальну накопичувальну систему оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти.

Поточний контроль здійснюється під час проведення лекційних, практичних (семінарських) занять і має на меті перевірку рівня підготовленості здобувача вищої освіти до виконання конкретної роботи і оцінюється сумою набраних балів.

Підсумковий контроль включає семестровий контроль, який проводиться у формі диференційованого заліку.

Максимально можлива кількість балів за поточний контроль упродовж семестру для дисципліни форма контролю якої залік – 100 та мінімально можлива кількість балів – 60.

Поточний контроль включає наступні контрольні заходи: завдання за темами; поточні контрольні роботи; презентації за темами, ділові ігри та творчі завдання.

Більш детальна інформація щодо системи оцінювання та накопичування балів з навчальної дисципліни наведена у робочому плані (технологічній карті) з навчальної дисципліни

Політики навчальної дисципліни

Викладання навчальної дисципліни ґрунтується на засадах академічної доброчесності. Порушеннями академічної доброчесності вважаються: академічний плагіат, фабрикація, фальсифікація, списування, обман, хабарництво, необ'єктивне оцінювання. За порушення академічної доброчесності здобувачі освіти притягуються до такої академічної відповідальності: повторне проходження оцінювання відповідного виду навчальної роботи

Більш детальну інформацію щодо компетентностей, результатів навчання, методів навчання, форм оцінювання, самостійної роботи наведено у Робочій програмі навчальної дисципліни.