

	<b>ЧОРНОМОРСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ</b>  <b>МЕДИЧНИЙ ІНСТИТУТ</b>  <b>СИЛАБУС</b>
<b>Назва дисципліни</b>	<b>Валеологія</b>
<b>Освітня програма</b>	Фармація
<b>Освітній рівень</b>	перший (бакалаврський)
<b>Спеціальність</b>	226 Фармація, промислова фармація
<b>Галузь знань</b>	22 Охорона здоров'я
<b>Формат дисципліни</b>	Вибіркова
<b>Форма навчання</b>	денна, заочна
<b>Рік навчання/семестр</b>	II рік, семестр III
<b>Обсяг</b>	кредитів – 3 (90 годин) ECTS
<b>Контрольні заходи</b>	підсумковий контроль (диф. залік)
<b>Викладачі</b>	<i>Фролов Юрій Андрійович</i> , старший викладач кафедри гігієни, соціальної медицини, громадського здоров'я та медичної інформатики
<b>E-mail</b>	fregat11@gmail.com
<b>Консультації</b>	згідно з розкладом
<b>Анотація дисципліни</b>	<p>Валеологія є інтегральною навчальною дисципліною, яка розкриває фундаментальні закономірності психічного та фізичного здоров'я людини, як біологічної системи, а також людського суспільства в цілому. Розуміння цінності здоров'я, способів його збереження і підтримання в сучасному світі тісно пов'язано із розвитком новітніх технологій у фармації. Важливим завданням валеології є вивчення саме фармацевтичних аспектів використання лікарських засобів з метою підтримання здоров'я та запобігання захворюванням.</p>
<b>Мета та завдання дисципліни</b>	<p>Валеологія як предмет має на меті сформувати у майбутніх фармацевтів цілісний комплекс профілактично-оздоровчих знань, що є необхідною умовою формування здорової та суспільно активної особистості, здатної до самостійного збереження, розвитку, підтримання здоров'я на належному рівні протягом усього життя.</p>
<b>Очікувані результати навчання</b>	

**Результати навчання:**

- Демонструвати знання та розуміння основних термінів і понять валеології.
- Використовувати теоретичні та наукові підходи, які базуються на сучасних досягненнях в галузі здоров'я людини.
- Застосовувати у професійній діяльності знання основних закономірностей життєдіяльності людини в природному та соціальному середовищах, спрямованих на збереження життя і зміцнення здоров'я.
- Давати компетентні рекомендації щодо ведення здорового способу життя та раціонального харчування.
- Аналізувати вплив біотичних, абіотичних та антропогенних факторів на здоров'я людини.
- Прогнозувати наслідки порушення функціонування організму людини, як цілісної системи, з позиції валеології.
- Передбачати можливі наслідки малорухливого способу життя на здоров'я людини та виникнення захворювань.
- Визначати основні чинники формування здорового способу життя.
- Обирати доцільні для індивіда форми і методи формування фізичного та психічного здоров'я.
- Аналізувати вплив конструктивного та неконструктивного стресу на психосоматичний стан організму.
- Складати рекомендації з дотримання рухового режиму та профілактики, в тому числі фармакокорекції, порушень психічного здоров'я.
- Пояснювати біохімічні механізми дії наркотичних та психотропних речовин на клітинному та організменому рівнях.
- Розробляти та пропагувати заходи, спрямовані на профілактику алкоголізму, наркоманії, тютюнопаління.
- Сприяти та підтримувати прихильність до лікування та протидії венеричним захворюванням та ВІЛ-інфекції.
- Здійснювати інформаційну роботу щодо висвітлення проблем планування вагітності.
- Обґрунтовувати необхідність використання лікарських засобів з метою підтримання здоров'я, запобігання захворюванням та продовження тривалості життя.

**Тематика дисципліни**

**Тема 1.** Вступ до валеології. Вплив різних факторів на здоров'я людини. Валеологічні аспекти фізичного здоров'я.

**Тема 2.** Діагностика фізичного здоров'я.

**Тема 3.** Принципи раціонального харчування

**Тема 4.** Валеологічний потенціал організму людини. Здоров'я та довголіття.

**Тема 5.** Оздоровлення. Механізм управління здоров'ям.

**Тема 6.** Репродуктивне здоров'я.

**Тема 7.** Валеологічні аспекти психічного здоров'я.

**Тема 8.** Медико-соціальні проблеми наркоманії, алкоголізму та тютюнопаління.

**Тема 9.** Вплив екологічних чинників на здоров'я людини

**Система оцінювання**

Усього з дисципліни – 200 балів

Поточна діяльність – від 70 до 120 балів

Підсумковий контроль – 80 балів

**Поточний контроль:**

здійснюється на кожному практичному занятті відповідно конкретним цілям з кожної теми. При оцінюванні навчальної діяльності студентів перевага надається стандартизованим методам контролю: тестуванню, структурованим письмовим роботам, структурованому за процедурою контролю практичних навичок в умовах, що наближені до реальних.

**Політика дисципліни**

Відвідування лекційних занять обов'язкове; активна участь на практичному занятті під час опитування; ініціативність в обговоренні дискусійних тем; своєчасність виконання самостійної роботи.

Діяльність здобувачів освіти здійснюється відповідно до Положення про академічну доброчесність

[https://chmnu.edu.ua/wp-content/uploads/2017/06/Polozhennya\\_pro\\_akademichnu\\_dobrochesnist\\_Poryadok\\_perevirki\\_akademichnih\\_tekstiv\\_na\\_plagiat\\_.pdf](https://chmnu.edu.ua/wp-content/uploads/2017/06/Polozhennya_pro_akademichnu_dobrochesnist_Poryadok_perevirki_akademichnih_tekstiv_na_plagiat_.pdf)