



Силабус навчальної дисципліни «Здоров'язбережувальна педагогіка у вищій освіті»

Спеціальність	Без обмежень за спеціальністю
Освітня програма	Без обмежень за освітньою програмою
Освітній рівень	Третій (освітньо-науковий)
Статус дисципліни	Вибіркова
Мова викладання	Українська
Курс / семестр	2 курс, 3 семестр
Кількість кредитів ЄКТС	3
Розподіл за видами занять та годинами навчання	Лекції - 12 год.
	Практичні - 12 год.
	Самостійна робота - 66 год.
Форма підсумкового контролю	Диференційований залік
Кафедра	Фізичної культури та спорту, каб. 202, корпус II, https://nupp.edu.ua/page/kafedra-fizichnoi-kulturi-ta-sportu.html
Викладач (-і)	Рибалко Ліна Миколаївна, д.пед.н., професор
Контактна інформація викладача (-ів)	lina-rybalko@ukr.net
Дні занять	За розкладом, відповідно до графіку навчального процесу
Консультації	Аудиторія 201- II відповідно до графіку
Мета навчальної дисципліни – формування в аспірантів науково обґрунтованих знань про теоретико-методологічні засади здоров'язбережувальної педагогіки у вищій освіті, розвиток здатності проєктувати, реалізовувати та оцінювати освітній процес з урахуванням принципів збереження фізичного, психічного та соціального здоров'я учасників освітнього процесу, а також інтегрувати здоров'язбережувальні підходи у власну науково-педагогічну діяльність.	
Програмні результати навчання	
<p>Знати (теоретичні компетентності): концепції та принципи здоров'язбережувальної педагогіки у вищій освіті; аналізувати сучасні підходи до формування здоров'язбережувального освітнього середовища у закладах вищої освіти; пояснювати взаємозв'язок між педагогічними методиками та фізичним, психічним і соціальним здоров'ям студентів; інтерпретувати наукові дослідження та законодавчі документи, що регулюють здоров'язбережувальні практики у сфері вищої освіти.</p> <p>Вміти (практичні компетентності): розробляти навчальні програми та методичні матеріали з елементами здоров'язбережувальної педагогіки; використовувати здоров'язбережувальні технології та активні методики у викладанні дисциплін у вищій школі; оцінювати ефективність впровадження здоров'язбережувальних практик у навчальний процес; формувати уміння студентів до самостійного підтримання фізичного та психічного здоров'я у процесі навчання.</p> <p>Професійні компетентності: приймати обґрунтовані педагогічні рішення з метою створення безпечного та здоров'язбережувального освітнього середовища; працювати у команді з колегами для інтеграції здоров'язбережувальних стратегій у навчальний процес; поширювати знання з здоров'язбережувальної педагогіки серед студентів, аспірантів та педагогічної спільноти; критично оцінювати сучасні тенденції та інновації у сфері здоров'язбережувальної педагогіки та впроваджувати їх у практику.</p>	
Передумови для навчання	
Попередньо опанована дисципліна: «Фізичне виховання»	



Зміст навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. КОНЦЕПТУАЛЬНІ ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ У ВИЩІЙ ОСВІТІ.

Тема 1. Історичний розвиток вчення про здоров'я та здоров'язбережувальну педагогіку.

Тема 2. Сучасні підходи до формування здоров'язбережувальної культури у закладах вищої освіти.

Тема 3. Філософські, психологічні та педагогічні засади здоров'я людини.

Змістовий модуль 2. СКЛАДОВІ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ ТА ЇХ ВПЛИВ НА НАВЧАННЯ.

Тема 4. Фізичне здоров'я студента: розвиток та підтримка.

Тема 5. Психічне та емоційне здоров'я у контексті навчальної діяльності.

Тема 6. Духовне здоров'я та формування ціннісних орієнтацій.

Тема 7. Соціальне здоров'я: взаємодія, комунікація та підтримка в академічному середовищі.

Тема 8. Раціональне харчування та його вплив на працездатність і навчання.

Змістовий модуль 3. ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ У ВИЩІЙ ОСВІТІ

Тема 9. Педагогічні та методичні технології здоров'язбереження.

Тема 10. Оздоровчі практики: фізичні вправи, дихальні техніки, релаксація.

Тема 11. Технології здорового харчування та психофізіологічної підтримки студентів.

Змістовий модуль 4. ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У СТУДЕНТСЬКОМУ СЕРЕДОВИЩІ.

Тема 12. Поняття та принципи здорового способу життя у вищій освіті.

Тема 13. Сучасні стратегії та програми здоров'язбереження у навчальному процесі.

Тема 14. Довголіття, життєстійкість та академічна успішність: взаємозв'язок.

Сторінка курсу на платформі Moodle

<https://dist.nupp.edu.ua/course/view.php?id=7559>

Рекомендовані джерела

1. Бойчук Ю. Д. та ін. *Загальна теорія здоров'я і здоров'язбереження : монографія* / За заг. ред. Ю. Д. Бойчука. — Харків : Рожко С. Г., 2017. — 487 с.

2. *Здоров'язбережувальні технології в освітньому середовищі : монографія* / Ред. Л. М. Рибалко. — Тернопіль : Осадца В. М., 2019. — 399 с.

3. Рибалко Л.М. Фізкультурно-оздоровча модель здоров'язбережувальних технологій у закладах загальної середньої освіти. *Спортивна наука та здоров'я людини*: Наукове електронне періодичне видання. К., 2021. № 1(5). С. 84-103.

4. Рибалко Л.М., Пермяков О.А., Синиця Т.О., Остапов А.В., Йопа Т.В. Організація здоров'язбережувального середовища. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах* : збірник наук. пр. – 2020. - № 69. – Т.3. С. 106-111.

5. Рибалко Л.М., Йопа Т.В. Проектування освітнього здоров'язбережувального середовища на засадах педагогічної ергономіки. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова*. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наук. праць. – Київ : Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2020. – Випуск 3 К (123) 20. – С. 361-365.

6. Рибалко Л.М. Формування готовності майбутніх фахівців з фізичної культури і спорту до провадження здоров'язбережувальних технологій. *Вісник національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка* : збірник наук. праць / голов. ред. М.О. Носко. Чернігів : НУЧК, 2019. С. 201-208.

7. Sogokon O. Formation of health-saving competence of students of modern educational establishment // *Pedosv.* — 2019. — №1. — P. 15–28.



8. Hickman A.C., Johnson R.L., Lawler S.P. Health-promoting pedagogy: Using reflexivity to support learning and action in planetary health education // Health Education Journal. — 2021. — Vol. 80, Issue 4. — P. 423–438.

9. Health Education: Critical Perspectives / Ed. Routledge Research in Education Policy and Politics. — London : Taylor & Francis, 2016. — 312 p.

10. World Health Organization. Health education: theoretical concepts, effective strategies and core competencies. — Copenhagen : WHO Regional Office for Europe, 2012. — 48 p.

Rybalko L., Yopa T., Hagner-Derengowska M., Kałużny K., Demkiewicz D., Muszkieta R., Ostrowska M. (2021). Motor activity as an indicator of a healthy way of life. Journal of Physical Education and Sport (JPES), Vol 21 (Suppl. issue 5), Art 374 pp 2813 – 2819, Oct 2021.

Система оцінювання результатів навчання:

За результатами поточного контролю протягом семестру здобувач вищої освіти може отримати максимально 70 балів, за результатами підсумкового контролю 30 балів. Здобувач вищої освіти, який повністю виконав програму навчальної дисципліни і отримав достатню рейтингову оцінку (не менше 35 балів), допускається до підсумкового контролю з дисципліни.

Більш детальна інформація щодо оцінювання наведена в робочій навчальній програмі.

Накопичування балів з навчальної дисципліни

Види навчальної роботи	Мак кількість балів
Робота на заняттях та виконання практичних завдань	70
Диференційований залік	30
Максимальна кількість балів	100

Відповідність шкали оцінювання ЄКТС національній системі оцінювання та шкалі оцінювання Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ЄКТС	Оцінка за національною шкалою
90 – 100	A	відмінно
82 – 89	B	добре
74 – 81	C	
64 – 73	D	задовільно
60 – 63	E	
35 – 59	FX	незадовільно
1 – 34	F	

Політика навчальної дисципліни

Вивчення навчальної дисципліни потребує роботи з інформаційними джерелами, підготовки до лекцій і практичних занять, виконання усіх завдань згідно з навчальним планом.

Підготовка до практичних занять передбачає: ознайомлення з питаннями, які виносяться на заняття з відповідної теми; вивчення лекційного матеріалу. Рішення практичних завдань повинно демонструвати ознаки самостійності виконання здобувачем такої роботи, відсутність ознак повторюваності та плагіату.

Присутність здобувачів вищої освіти на практичних і лекційних заняттях є обов'язковою. Пропущене заняття має бути відпрацьоване. Здобувач вищої освіти повинен дотримуватися навчальної етики, поважно ставитися до учасників процесу навчання, дотримуватися дисципліни й часових (строкових) параметрів навчального процесу.



Більш детальну інформацію щодо компетентностей, результатів навчання, методів навчання, форм оцінювання, самостійної роботи наведено у Робочій програмі навчальної дисципліни <https://dist.nupp.edu.ua/course/view.php?id=7559>

Силабус затверджено на засіданні кафедри
фізичної культури та спорту
28 серпня 2025 р. Протокол № 1