

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНІКА**

Факультет природничих наук

Кафедра біології та екології

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

БІОМЕДИЧНІ АСПЕКТИ ЗДОРОВ'Я

Усі спеціальності
(загальноуніверситетська дисципліна)

Затверджено на засіданні кафедри
Протокол № 4 від “06” листопада 2025 р.

м. Івано-Франківськ – 2025

1. Загальна інформація	
Назва дисципліни	Біомедичні аспекти здоров'я
Викладач (-і)	к.б.н., доц. Глодан О.Я.
Контактний телефон викладача	0342596164
Е-mail викладача	oksana.hlodan@cnu.edu.ua
Формат дисципліни	очний
Обсяг дисципліни	3 кредити ЄКТС, 90 год., II, III і IV курс (3, 4, 5, 6, 7, 8 семестр, залік)
Посилання на сайт дистанційного навчання	https://d-learn.pro
Консультації	Очні групові та онлайн-консультації
2. Анотація до навчальної дисципліни	
<p>Дисципліна «Біомедичні аспекти здоров'я» спрямована на формування у студентів системного розуміння біологічних і медичних основ здоров'я людини, механізмів життєдіяльності організму та факторів, що визначають його фізичний, психічний і соціальний добробут. У курсі розглядаються основні фізіологічні системи організму, принципи їхньої взаємодії та адаптації до умов навколишнього середовища. Особлива увага приділяється питанням здорового способу життя, профілактиці захворювань, впливу харчування, рухової активності, стресу, екологічних і соціальних чинників на стан здоров'я.</p> <p>Вивчення дисципліни забезпечує формування у студентів компетентностей, необхідних для усвідомленого ставлення до власного здоров'я, уміння оцінювати його показники, а також застосовувати знання з біомедицини у повсякденному та професійному житті незалежно від спеціальності.</p>	
3. Мета та цілі навчальної дисципліни	
<p><i>Мета</i> дисципліни формування у студентів цілісного уявлення про біологічні, фізіологічні та медичні основи здоров'я людини, механізми його збереження та зміцнення, а також усвідомлення ролі здорового способу життя як ключового чинника життєвого успіху і професійної діяльності.</p> <p><i>Основними завданнями навчальної дисципліни є:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - ознайомити студентів із біологічними механізмами життєдіяльності організму людини; - сформувати розуміння взаємозв'язку між фізіологічними процесами, способом життя та здоров'ям; - навчити оцінювати основні показники стану здоров'я; - розвинути навички профілактики захворювань та підтримання фізичного і психоемоційного балансу; - виховати відповідальне ставлення до власного здоров'я. <p>Очікувані результати навчання.</p> <p>Після вивчення дисципліни студент:</p> <ul style="list-style-type: none"> - розуміє біологічні механізми підтримання здоров'я; - знає основні системи організму та їх взаємозв'язок; - може аналізувати вплив зовнішніх і внутрішніх чинників на здоров'я; - володіє навичками оцінки базових показників власного фізіологічного стану; - усвідомлює значення здорового способу життя для професійної та особистої реалізації. 	
4. Програмні компетентності та результати навчання	

ІК. Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми в галузі біології при здійсненні професійної діяльності або у процесі навчання, що передбачає застосування законів, теорій та методів біологічної науки і характеризується комплексністю та невизначеністю умов.

ЗК03. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК04. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.

ЗК05. Здатність спілкуватися державною мовою як усно так і письмово.

ЗК07. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.

ЗК08. Здатність до абстрактного мислення, аналізу і синтезу.

ЗК10. Здатність працювати в команді.

ПР02. Застосовувати сучасні інформаційні технології, програмні засоби та ресурси Інтернету для інформаційного забезпечення професійної діяльності.

ПР04. Спілкуватися усно і письмово з професійних питань з використанням наукових термінів, прийнятих у фаховому середовищі, державною та іноземною мовами.

ПР08. Знати та розуміти основні терміни, концепції, теорії і закони в галузі біологічних наук і на межі предметних галузей.

ПР09. Дотримуватися положень біологічної етики, правил біологічної безпеки і біологічного захисту у процесі навчання та професійній діяльності.

5. Організація навчання

Обсяг навчальної дисципліни

Вид заняття	Загальна кількість годин
лекції	14
практичні	16
самостійна робота	60

Ознаки курсу

Семестр	Предметна спеціальність	Курс (рік навчання)	Нормативний / вибірковий
всі	Усі спеціальності	II, III, IV	вибіркова

Тематика навчальної дисципліни

Тема	Кількість годин		
	лекції	практичні	сам.роб.
Тема 1. Поняття «здоров'я» і «хвороба» у біомедичному аспекті.	2		6
Тема 2. Функціональні системи організму (нервова, серцево-судинна, дихальна, травна, ендокринна, видільна, статеві та імунні системи).	2	2	5
Тема 3. Харчування та метаболізм. Біоенергетика людини.	2	2	5
Тема 4. Фізична активність і здоров'я. Біологічні ефекти руху.	2	2	8
Тема 5. Сон, відновлення та циркадні ритми.	2	2	6
Тема 6. Стрес і психосоматичні реакції організму.	2	2	2

Тема 7. Екологічні чинники та їхній вплив на біологічне здоров'я.	2		5
Тема 8. Біомедичні показники здоров'я (ІМТ, пульс, тиск, склад тіла тощо).		2	8
Тема 9. Біомедичні ризики сучасного способу життя (гіподинамія, гаджети, харчові токсини).		2	8
Тема 10. Формування культури здоров'я у професійному та повсякденному житті.		2	7
Заг.:	14	16	60

6. Система оцінювання навчальної дисципліни

Загальна система оцінювання курсу	<p>Система оцінювання навчальної дисципліни визначена Положенням про організацію освітнього процесу та розробку основних документів з організації освітнього процесу в Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника (Наказ ректора від 03 липня 2025 р. №572)</p> <p>В освітньому процесі використовуються такі види контролю: вхідний, поточний, підсумковий та відстрочений.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Вхідний контроль проводиться перед вивченням нового курсу з метою визначення рівня підготовки здобувачів вищої освіти з дисциплін, які забезпечують цей курс. • Поточний контроль проводиться науково-педагогічними працівниками на всіх видах аудиторних занять з метою забезпечення зворотного зв'язку між науково-педагогічними працівниками та здобувачами вищої освіти у процесі навчання, забезпечення управління навчальною мотивацією здобувачів вищої освіти. • Підсумковий контроль забезпечує оцінку результатів навчання здобувачів вищої освіти певного освітнього рівня на проміжному або завершальному етапах їх навчання. Він включає семестровий контроль і атестацію. • Відстрочений контроль або контроль залишкових знань проводиться через деякий час після вивчення навчальної дисципліни.
Вимоги до письмової роботи	У письмовій роботі студент повинен продемонструвати уміння синтезувати теоретичні і практичні знання, отримані в межах одного змістового модуля. Під час підсумкового модульного завдання розглядаються контрольні питання, тести, ситуаційні задачі, запропоновані у методичних розробках для студентів, здійснюється контроль практичних навиків і умінь за темами змістового модуля. Усі відповіді повинні бути подані чітко, грамотно, у заданій послідовності.
Умови допуску до підсумкового контролю	Здобувач освіти вважається допущеним до семестрового контролю з конкретної навчальної дисципліни (семестрового екзамену, заліку), якщо він виконав усі види робіт, передбачені силабусом навчальної дисципліни.
Підсумковий контроль	Підсумковий семестровий контроль проводиться у формі (письмовій, усній, тестовій), визначеній відповідною кафедрою.

	<p>При цьому тривалість письмової компоненти не повинна перевищувати дві академічні години. Якщо підсумковий семестровий контроль проводиться у формі заліку, то він виставляється за результатами поточного контролю з усіх видів навчальної роботи (у тому числі теоретичних занять) викладачем, який вів практичні (лабораторні) заняття або сумісно з викладачем-лектором, при цьому присутність здобувача вищої освіти не обов'язкова. Семестровий контроль у формі заліку виставляється на основі результатів роботи студента впродовж усього семестру, підсумкова кількість балів з дисципліни складає максимум 100.</p>
	<p>Форма контролю: залік. Форма здачі: комбінована (письмова з усним захистом).</p>

7. Політика курсу

Академічна доброчесність здобувачів вищої освіти є важливою умовою для опанування результатів навчання за дисципліною і отримання задовільної оцінки з поточного та підсумкового контролів. Академічна доброчесність базується на засудженні практик списування (виконання письмових робіт із залученням зовнішніх джерел інформації, крім дозволених для використання), плагіату (відтворення опублікованих текстів інших авторів без зазначення авторства), фабрикації (вигадування даних чи фактів, що використовуються в освітньому процесі). Політика щодо академічної доброчесності регламентується положенням: «Положення про запобігання академічному плагіату у Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника <https://is.gd/tB2zi9>

У разі порушення здобувачем вищої освіти академічної доброчесності (списування, плагіат, фабрикація), робота оцінюється незадовільно та має бути виконана повторно. При цьому викладач залишає за собою право змінити тему завдання.

В Університеті діють морально-етичні принципи та правила поведінки викладачів і студентів, яких слід дотримуватися у своїй діяльності, прописані в Кодексі честі Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника <https://is.gd/eeiJX8>
Ліквідація академічної заборгованості, перескладання змістових модулів та оскарження результатів оцінювання проводиться згідно порядку прописаного в «Порядок організації та проведення оцінювання успішності студентів Прикарпатського національного університету ім. В. Стефаника» <https://is.gd/EtCjNG>

Завдання, які студент виконав пізніше зазначених кінцевих термінів не приймаються і повинні бути відпрацьовані індивідуально. Винятком із цього правила є наявність поважної причини з її документальним підтвердженням.

Неприпустимі списування, студент повинен вільно володіти матеріалом.

Якщо студент пропустив більше 50% занять, він повинен пройти тестування на сайті дистанційного навчання і тільки тоді буде допущений до написання екзаменаційної роботи. Обов'язковим для допуску до екзамену є відвідування більше 50% занять, робота на заняттях, виконання тестових завдань.

По завершенні вивчення курсу здобувачі вищої освіти мають можливість пройти опитування у системі Центру дистанційного навчання та моніторингу освітньої діяльності <https://d-learn.pnu.edu.ua/> щодо удосконалення якості навчання. Анкета носить анонімний характер і включає 10 запитань, відповіді на них будуть використовуватися лише в узагальненому вигляді.

Заповнення анкет є важливою складовою навчальної активності студентів, що дозволить оцінити дієвість застосованих методів викладання та врахувати їх пропозиції стосовно покращення змісту навчальної дисципліни.

Можливість зарахування результатів неформальної освіти. Рекомендовані платформи: Coursera, EdX, Prometheus.

8. Рекомендована література

--

Література:

1. Грицуляк Б.В., Грицуляк В.Б., Глодан О.Я., Івасів В.А. Ангіологія, гістологія, електронна мікроскопія яєчка і над'яєчка: навчальний посібник /Грицуляк Б.В., Грицуляк В.Б., Глодан О.Я., Івасів В.А. - Івано-Франківськ, в-во: Голіней О.М., 2022. – 90с.
2. Біологія: підручник для 8 класу закладів загальної середньої освіти (рекомендовано МОН України / Л.В. Горобець, Н.В. Кокар, І.В. Кравець, О.Я. Глодан. – Тернопіль: Астон, 2025. – 304 с.
3. Чайченко Г.М., Цибенко В.О., Сокур В.Д. Фізіологія людини і тварин. - К.: Вища школа, 2003. – 463 с.
4. Жиденко А. О. Психофізіологія: Навчальний посібник /А. О. Жиденко. – Чернігів : Вид. Лозовий В.М., 2014. – 168 с.
5. Філімонов В.І., Наливайко Д.Г. Нормальна фізіологія. - К.: Здоров'я, 1994. - 608 с.
6. Старушенко Л. І. Анатомія і фізіологія людини. – К.: Вища школа, 1992.
7. Губенко І. Я. Основи загальної і медичної психології, психічного здоров'я та між особового спілкування: підручник / І.Я. Губенко, О.С. Карнацька, О.Т. Шевченко. -К. : Медицина, 2013. -296 с.
8. Кудін С.Ф. Універсальна схема надання першої медичної допомоги на місці події: Методичні рекомендації для студентів педагогічних університетів усіх рівнів акредитації / С.Ф. Кудін С.Ф. та ін. – Чернігівський державний педагогічний університет імені Т.Г. Шевченка, 2008. – 12 с.
9. Цимбал Н.М., Берегова О.Д. Основи долікарської допомоги. Навч- метод. посібник. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2000.– 112 с.
10. Загальна теорія здоров'я та здоров'я збереження: колективна монографія / за заг. ред. проф. Ю. Д. Бойчука. Харків, 2017. - Вид. Рожко С. Г. - 488 с.

Викладач

Глодан О.Я., к.б.н., доц.

