

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Волинський національний університет імені Лесі Українки
Факультет біології та лісового господарства
Кафедра фізіології людини і тварин

СИЛАБУС
вибіркового освітнього компонента

**ШКІЛЬНА ГІГІЄНА ТА ОСОБЛИВОСТІ ГІГІЄНІЧНОГО
НАВЧАННЯ І ВИХОВАННЯ**

підготовки магістра

Луцьк – 2025

Силабус освітнього компонента «ШКІЛЬНА ГІГІЕНА ТА ОСОБЛИВОСТІ ГІГІЄНИЧНОГО НАВЧАННЯ І ВИХОВАННЯ» підготовки магістра.

Розробник:

Коржик Ольга Василівна, доцент кафедри фізіології людини і тварин,
кандидат біологічних наук.

Погоджено

Гарант освітньо-професійної програми:

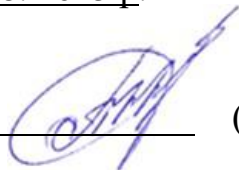


доц. Коцун Л. О.

**Силабус освітнього компонента затверджено на засіданні кафедри
фізіології людини і тварин**

протокол № 1 від 28. 08. 2025 р.

Завідувача кафедри:



(доц. Качинська Т. В.)

© Коржик О. В., 2025 р.

I. Опис освітнього компонента

Таблиця 1

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, професійна освітній рівень	Характеристика освітнього компонента
Заочна форма навчання	Галузь знань А Освіта Спеціальність А4 Середня освіта Освітньо-професійна програма Середня освіта. Біологія, здоров'я людини Освітній рівень магістр	Вибірковий
Кількість годин/кредитів 120/4		Рік навчання 1
ІНДЗ: <u>немає</u>		Семестр 2-ий
		Лекції 4 год
		Практичні 6 год
		Самостійна робота 96 год
		Консультації 14 год
Форма контролю: <u>залік</u>		
Мова навчання	Українська	

II. Інформація про викладача

Прізвище, ім'я, по батькові: Коржик Ольга Василівна

Науковий ступінь: кандидатка біологічних наук

Посада: доцентка кафедри фізіології людини і тварин

email: Korzhyk.Olha@vnu.edu.ua

Дні занять розміщено на сайті навчального відділу ВНУ імені Лесі Українки
(<https://ps.vnu.edu.ua/cgi-bin/timetable.cgi>)

III. Опис освітнього компонента

1. Анотація курсу

Освітній компонент «Шкільна гігієна та особливості гігієнічного навчання і виховання» спрямований на формування у здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти системи науково обґрунтованих знань, умінь і професійних компетентностей, необхідних для забезпечення гігієнічно безпечного, здоров'язбережувального та педагогічно доцільного освітнього середовища в закладах загальної середньої освіти.

Курс розкриває теоретичні та прикладні засади шкільної гігієни як міждисциплінарної галузі на стику біології, фізіології, громадського здоров'я та педагогіки. Значну увагу приділено віковим анатомо-фізіологічним особливостям дітей і підлітків, гігієнічному нормуванню умов навчання, організації освітнього процесу, харчування, рухового режиму, профілактиці інфекційних і неінфекційних захворювань, а також психогігієнічним аспектам навчальної діяльності.

Окремий блок курсу присвячено особливостям гігієнічного навчання і виховання учнів, формуванню гігієнічної культури та здорового способу життя, інтеграції гігієнічних знань у зміст навчальних предметів біологічного та здоров'язбережувального циклу. Розглядається роль учителя біології та здоров'я людини як суб'єкта здоров'язбережувальної педагогічної діяльності, його професійна відповідальність та етичні аспекти роботи з питаннями збереження і зміцнення здоров'я учнів.

2. Мета і завдання освітнього компонента

Метою освітнього компонента «Шкільна гігієна та особливості гігієнічного навчання і виховання» є формування у здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти системи науково обґрунтованих знань, професійних умінь і ціннісних орієнтацій, необхідних для забезпечення гігієнічно безпечного, здоров'язбережувального освітнього середовища в закладах загальної середньої освіти, а також для здійснення ефективної гігієнічної просвітницької та виховної діяльності у професійній практиці вчителя біології та здоров'я людини.

У процесі вивчення освітнього компонента передбачається розв'язання таких основних завдань:

- сформувати у здобувачів системне уявлення про шкільну гігієну як міждисциплінарну наукову галузь та її місце в системі педагогічних і біомедичних наук.

- ознайомити здобувачів із нормативно-правовими засадами забезпечення гігієнічних умов у закладах загальної середньої освіти відповідно до чинного Санітарного регламенту.

- розкрити вікові анатомо-фізіологічні особливості дітей і підлітків та їх значення для гігієнічного нормування освітнього процесу.

- сформувати у здобувачів здатність оцінювати гігієнічний стан освітнього середовища, умов навчання, харчування та рухового режиму учнів.

- забезпечити оволодіння науково обґрунтованими підходами до організації навчального навантаження з урахуванням працездатності та профілактики перевтоми школярів.

- розвинути вміння застосовувати здоров'язбережувальні та гігієнічні технології у процесі викладання біології та здоров'я людини.

- сформувати готовність у здобувачів до здійснення гігієнічного навчання і виховання учнів, формування в них гігієнічної культури та навичок здорового способу життя.

- розкрити психогігієнічні аспекти освітнього процесу, зокрема питання психоемоційного благополуччя учнів і профілактики стресових станів.

- сприяти розвитку професійної відповідальності та педагогічної етики в діяльності вчителя щодо збереження і зміцнення здоров'я учнів.

- підготувати здобувачів до аналітичної, просвітницької та дослідницької діяльності у сфері шкільної гігієни та здоров'язбережувальної освіти.

3. Soft skills:

- критичне та аналітичне мислення – здатність аналізувати гігієнічні умови освітнього середовища, оцінювати навчальне навантаження, харчування, рухову активність учнів та приймати обґрунтовані рішення відповідно до вікових анатомо-фізіологічних особливостей дітей і підлітків.

- професійна відповідальність і етичність – усвідомлення відповідальності за збереження і зміцнення здоров'я учнів, дотримання нормативно-правових вимог у сфері шкільної гігієни та громадського здоров'я.

- комунікативні навички – уміння ефективно спілкуватися з учнями, батьками, педагогами та адміністрацією закладу освіти з питань гігієни, профілактики захворювань і формування здорового способу життя.

- навички міждисциплінарної взаємодії та командної роботи – здатність працювати в команді з фахівцями різних галузей (педагогами, медичними працівниками, психологами) для створення безпечного та здоров'язбережувального освітнього середовища.

- педагогічна гнучкість і адаптивність – уміння адаптувати зміст, методи та форми гігієнічного навчання й виховання відповідно до вікових, індивідуальних та особливих освітніх потреб учнів, зокрема в умовах інклюзивного освітнього середовища.

- навички планування та організації – здатність планувати гігієнічно обґрунтований навчальний процес, режим дня, розклад занять, заходи з профілактики інфекційних і

неінфекційних захворювань.

-- емоційний інтелект і емпатія – розуміння психофізіологічного стану дітей і підлітків, уміння враховувати емоційні та поведінкові особливості учнів у процесі формування здоров'язбережувальних компетентностей.

-- навички просвітницької та мотиваційної діяльності – здатність мотивувати учнів до дотримання гігієнічних норм, здорового харчування, рухової активності та відповідального ставлення до власного здоров'я.

-- інформаційна та медіаграмотність – уміння знаходити, аналізувати та використовувати науково обґрунтовану інформацію з питань шкільної гігієни, критично оцінювати інформаційні джерела та поширювати коректні здоров'язбережувальні меседжі.

4. Структура освітнього компонента

для здобувачів освіти заочної форми навчання

Назви змістових модулів і тем	Усього	Лек.	Практ.	Сам. роб.	Конс.	Форма контролю* / Бали
Змістовий модуль 1. Шкільна гігієна						
Тема 1. Шкільна гігієна як наукова галузь і складова громадського здоров'я. Нормативно-правові засади забезпечення гігієнічних умов у закладах загальної середньої освіти. Вікові анатомо-фізіологічні особливості дітей і підлітків як основа гігієнічного нормування.	15	1	-	12	2	-
Тема 2. Гігієна освітнього середовища та навчального простору. Гігієнічна оцінка навчального навантаження та розкладу занять.	27	1	2	20	4	ВПЗ, УО / 35
Тема 3. Гігієна харчування дітей та підлітків у закладах освіти. Гігієна рухової активності та фізичного виховання учнів.	24	-	1	20	3	ВПЗ, УО / 20
Тема 4. Профілактика інфекційних і неінфекційних захворювань у шкільному середовищі	18	-	1	14	3	ВПЗ, УО / 20
Разом за змістовим модулем 1	84	2	4	6	12	75
Змістовий модуль 2. Гігієнічне навчання та виховання						
Тема 5. Гігієнічне навчання і виховання як складова здоров'язбережувальної освіти. Педагогічні технології гігієнічного навчання й виховання. Інклюзивне освітнє середовище: гігієнічні аспекти. Адаптація змісту й методів для різних освітніх потреб.	36	2	2	30	2	ВПЗ, УО / 25
Разом за змістовим модулем 2	36	2	2	30	2	
Всього годин/ Балів	120	4	6	96	14	100

*Форма контролю: ВПЗ – виконання практичного завдання, УО - усне опитування.

5. Завдання для самостійного опрацювання

для здобувачів заочної форми навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Методи гігієнічних досліджень у шкільній практиці: можливості та обмеження.	12
2.	Порівняльний аналіз національних і міжнародних санітарно-гігієнічних норм для закладів загальної середньої освіти.	18
3.	Вплив кліматичних та екологічних чинників на гігієнічні умови навчання.	12
4.	Гігієнічні вимоги до кольорового оформлення навчальних приміщень.	10
5	Гігієнічні аспекти використання шкільної форми та спортивного одягу.	10
6	Гігієнічні особливості організації навчання в умовах малокомплектних шкіл.	10
7	Теорії формування гігієнічної поведінки дітей і підлітків.	12
8	Роль неформальної освіти у гігієнічному вихованні школярів.	12
Усього годин		96

IV ПОЛІТИКА ОЦІНЮВАННЯ

Політика викладача щодо здобувача освіти. полягає в послідовному та цілеспрямованому здійсненні навчального процесу на засадах прозорості, доступності, наукової обґрунтованості, методичної доцільності та відповідальності учасників освітнього процесу. Вивчення освітнього компонента передбачає постійну роботу здобувачів освіти на кожному занятті. Відвідування занять здобувачами є обов'язковим. Здобувачі освіти не повинні спізнюватися на заняття. Перед початком заняття здобувачі повинні вимкнути звук засобів зв'язку (мобільний телефон, смарт-годинник тощо). Студенти повинні здійснювати попередню підготовку до практичних занять. До початку курсу необхідно встановити на мобільні пристрої або ноутбуки застосунки Microsoft Office 365 (Teams) для роботи з доступними матеріалами курсу. Вхід для активації облікового запису відбувається через корпоративну пошту з доменом – @vnu.edu.ua. Корпоративна пошта з паролем видається методистом деканату факультету. У разі переходу на дистанційну форму навчання викладання курсу відбувається в команді освітнього середовища Microsoft Office 365 відповідно до Положення про дистанційне навчання та додаткових розпоряджень ректорату.

Оцінювання здобувачів освіти здійснюється відповідно до [Положення про поточне та підсумкове оцінювання знань здобувачів вищої освіти Волинського національного університету імені Лесі Українки від 26.06.2025 р.](#)

Здобувач освіти отримує оцінку за кожне практичне заняття (тривалість заняття – 2 академічні години (1 пара), яка є комплексною та включає контроль як теоретичної, так і практичної підготовки студента.

Робота студентів на практичних заняттях (поточний контроль) загалом оцінюється у 100 балів. Максимально можлива кількість балів за одне заняття (2 аудиторні години) зазначена у п.3 Силабуса. Поточний контроль здійснюється на кожному практичному занятті.

Політика щодо академічної доброчесності. У процесі навчальної діяльності обов'язковим є дотримання норм академічної доброчесності. Здобувачу необхідно дотримуватися морально-етичних правил: не пропускати аудиторних занять (у разі пропуску – причину підтвердити документально); не привласнювати чужу інтелектуальну працю; у разі цитування наукових праць, методичних розробок, результатів досліджень, таблиць та ін. необхідно вказувати посилання на першоджерело. Виявлення плагіату чи академічної недоброчесності призведе до анулювання відповідної роботи (бал за неї не враховуватиметься) та необхідності її переробки, а в разі повторних порушень – до передачі справи на розгляд комісії з етики університету.

Здобувачі мають дотримуватись [ст. 42 Закону України «Про освіту»](#). Усі здобувачі освіти повинні ознайомитись із основними положеннями [Кодексу академічної доброчесності Волинського](#)

[національного університету імені Лесі Українки](#) та [Ініціативою академічної доброчесності та якості освіти – Academic IQ.](#)

Політика щодо дедлайнів та перескладання. За умови відсутності студента(ки) на занятті із поважної причини (наприклад, за станом здоров'я при документальному медичному підтвердженні, міжнародне стажування і т.п.), студент(ка) має право виконати практичну роботу згідно графіку відпрацювань пропущених навчальних занять кафедри фізіології людини і тварин (але не пізніше останнього заняття в межах змістового модуля) та отримати за неї бали. Практичні роботи, здані пізніше встановленого викладачем терміну і погодженого зі студентами, будуть оцінюватись нижчою кількістю балів (мінус половина балів від максимально можливих). Дане положення не буде застосовуватися до тих студентів, які за поважних причин (наприклад, медичним показанням при наявності медичної довідки) пропустять визначений дедлайн захисту практичної роботи.

Можливість визнання результатів навчання, отриманих у формальній, неформальній та інформальній освіті. Якщо здобувач освіти отримав знання у неформальній (курси, семінари, тренінги, стажування) чи інформальній освіті і їх тематика, обсяг вивчення та зміст відповідають освітньому компоненту в цілому або його окремому розділу, змістовому модулі, темі (темам), що передбачені силабусом освітнього компонента, а також у разі наявності документа, що засвідчує навчання на сертифікованих курсах, онлайн-курсах, стажування тощо які дотичні до тем дисципліни, можливе зарахування певної кількості годин (за попереднім погодженням з викладачем), відповідно до [Порядку визнання результатів навчання, отриманих у формальній, неформальній та/або інформальній освіті у Волинському національному університеті імені Лесі Українки \(наказ №302-з від 29.08.2024 р.\)](#)

У випадку дуальної форми здобуття освіти зарахування результатів такого навчання здійснюється згідно [Положення про підготовку здобувачів за дуальною формою здобуття освіти у Волинському національному університеті імені Лесі Українки \(наказ №284-з від 29.08.2025 р.\)](#)

Можливість отримати додаткові (бонусні) бали. Здобувачі освіти, які проявляють особливу активність та ініціативу, мають шанс отримати бонусні бали. Зокрема, активна участь у підготовці міні-досліджень за тематикою курсу, участь у наукових конференціях, опублікування тез/статей за тематикою курсу. Максимальна кількість бонусних балів – 5, але підсумковий бал не може перевищувати 100.

V. Підсумковий контроль

Форма контролю – залік. Оцінювання знань здобувачів освіти здійснюється під час поточного контролю за результатами виконання тих видів робіт, які передбачені силабусом.

Семестровий залік викладач виставляє за умови виконання здобувачем освіти завдань, передбачених силабусом ОК. Мінімальна позитивна кількість балів – 60.

У випадку, якщо здобувач освіти набрав менше ніж 60 балів, він складає залік під час ліквідації академічної заборгованості. У цьому випадку бали, набрані під час поточного оцінювання, анулюються. Максимальна кількість балів під час ліквідації академічної заборгованості з заліку, як правило, – 100. Повторне складання заліку допускається не більше як два рази: один раз – викладачеві, другий – комісії.

У день складання заліку за основною сесією здобувач освіти не має права доздавати будь-який вид робіт, передбачений силабусом освітнього компонента.

Перелік питань до заліку

1. Шкільна гігієна як наукова галузь і складова громадського здоров'я. Предмет, методи дослідження, міждисциплінарні зв'язки з педагогікою, фізіологією, епідеміологією та валеологією.

2. Нормативно-правові засади забезпечення гігієнічних умов у закладах загальної середньої освіти. Санітарний регламент: структура, вимоги, механізми реалізації та контролю.

3. Вікові анатомо-фізіологічні особливості дітей і підлітків як основа гігієнічного нормування. Періоди онтогенезу, критичні вікові етапи, шкільна адаптація.

4. Гігієнічні вимоги до території, будівель і приміщень закладів загальної середньої освіти. Планування, освітлення, мікроклімат, вентиляція, водопостачання та санітарний стан.

5. Гігієна освітнього середовища та навчального простору. Ергономіка навчальних меблів, організація робочого місця учня, профілактика порушень постави та зору.

6. Гігієнічна оцінка навчального навантаження та розкладу занять. Фізіолого-гігієнічні принципи організації освітнього процесу, працездатність і втома школярів.

7. Гігієна харчування дітей та підлітків у закладах освіти. Наукові основи раціонального харчування, безпечність харчових продуктів, організація шкільного харчування.

8. Гігієна рухової активності та фізичного виховання учнів. Фізіологічне обґрунтування рухового режиму, профілактика гіподинамії.

9. Профілактика інфекційних і неінфекційних захворювань у шкільному середовищі. Санітарно-протиепідемічні заходи, імунопрофілактика, формування безпечної поведінки.

10. Гігієнічне навчання і виховання як складова здоров'язбережувальної освіти. Мета, завдання, принципи та сучасні концепції.

11. Формування гігієнічної культури та здорового способу життя учнів. Поведінкові детермінанти здоров'я, роль школи та вчителя.

12. Педагогічні технології гігієнічного навчання й виховання в системі середньої освіти.

13. Інклюзивне освітнє середовище: гігієнічні аспекти. Адаптація освітнього процесу для учнів з особливими освітніми потребами.

V. ШКАЛА ОЦІНЮВАННЯ

Шкала оцінювання знань здобувачів освіти з освітніх компонентів, де формою контролю є залік

Оцінка в балах	Лінгвістична оцінка
90–100	Зараховано
82–89	
75–81	
67–74	
60–66	
0–59	Незараховано (необхідне перескладання)

VI. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА ТА ІНТЕРНЕТ-РЕСУРСИ

1. Дмитроца О. Р., **Коржик О. В.**, Білецька О. А. Вікова фізіологія з основами гігієни : навч. посіб. для самостійної роботи студентів. Луцьк: Вежа-Друк, 2022. 1 електрон. опт. диск (CD-ROM). Об'єм даних 1,88 Мб. (1,8 авторських аркуші).
2. Дмитроца О. Р., **Коржик О. В.**, Демчук В. І. Вплив дистанційного навчання на адаптаційні можливості організму школярів. *Охорона здоров'я дітей та підлітків*. № 1-2, 2023. С. 69–75. <https://doi.org/10.53457/2023.1-2.4>
3. Дмитроца О. Р., **Коржик О. В.**, Журавльов О. А. Оцінка рухової активності школярів в умовах пандемії COVID-19. XIX Конгрес світової федерації українських лікарських товариств (СФУЛТ) : *Українські медичні вісті* (27-29 жовтня 2022 р.). 2022. Т. 14, № 3-4 (92-93). С. 134.
4. Дмитроца О. Р., **Коржик О. В.**, Журавльов О. А. Функціональний стан опорно-рухового

- апарату сучасних школярів. Перспективи розвитку фізичної культури і спорту у закладах освіти : матеріали Всеукр. онлайн наук. конф. з міжнародною участю (м. Луцьк, 19-20 травня 2022 р.). Луцьк, 2022. С. 52-54.
5. Дмитроца О., **Коржик О.**, Мотузюк О. Вплив дистанційного навчання на показники гостроти зору школярів. *Нотатки сучасної біології*. 2022. Вип. 2(4). С. 95 – 100. <https://doi.org/10.29038/2617-4723-2022-2-13>
 6. Дмитроца О. Р., **Коржик О. В.**, Супрунець А. М., Шевчук, В. В. Вплив гаджетів на показники гостроти зору підлітків під час дистанційного навчання. *Природнича освіта та наука*. 2023. № 1. С. 38-43. <https://journals.rshu.rivne.ua/index.php/natural/article/view/24>
 7. Коцур Н. І., Товкун Л. П. Шкільна гігієна: навчальний посібник. Переяслав : Домбровська Я. М., 2020. 408 с.
 8. Навчально-методичний комплекс з вікової фізіології і шкільної гігієни: для студентів спеціальності 014.05 Середня освіта (Біологія та здоров'я людини) / Укладач А.А. Коваль, Л.П. Харченко. – Полтава, 2023. – 62 с.
 9. Наказ МОЗ України «Про затвердження Санітарного регламенту для закладів загальної середньої освіти» № 2205 від 25.09.2020 . Режим доступу URL <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1111-20#Text>
 10. **Korzhyk O.**, Dmytrotso O., Demchuk V. Assesment of the teenagers' physical health indicators in terms of distance learning. Contemporary technologies and society: Innovations, artificial intelligence, and challenges : collective scientific monograph. Katowice: Academy of Silesia, 2023. 791 p.