

Рівненський державний гуманітарний університет
Кафедра біології, здоров'я людини та фізичної терапії

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ОК 06 КОНЦЕПЦІЇ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

Спеціальність А4 Середня освіта (Біологія та здоров'я людини)
освітня програма «Середня освіта (Біологія та здоров'я людини)»

Інститут психології і педагогіки
психолого-природничий факультет

2025 - 2026 навчальний рік

Робоча програма навчальної дисципліни «Концепції здорового способу життя» для студентів за спеціальністю А4 Середня освіта (Біологія та здоров'я людини).

Мова навчання: українська

Розробник: к.б.н., доц. Толочик І. Л.

Протокол від “ 24” червня 2025 року №7

Завідувач кафедри біології, здоров'я людини та фізичної терапії

(проф. Сяська І.О.)

(підпис)

(прізвище та ініціали)

Робочу програму схвалено навчально-методичною комісією факультету

Протокол від “ 26 ” червня 2025 року № 5

Голова навчально-методичної комісії психолого-природничого факультету

(доц. Трохимчук І. М.)

(підпис)

(прізвище та ініціали)

© Толочик І. Л., 2025 рік

© Рівне, 2025 рік

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітній ступінь	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів - 4	Галузь знань А Освіта	Основна	
Модулів — 1	Спеціальність А4 Середня освіта (Біологія та здоров'я людини)	Рік підготовки:	
Змістових модулів —2		1-й	1-й
Індивідуальне науково-дослідне завдання: підготовка презентацій по змістових модулях		Семестр	
Загальна кількість годин - 120		1-й	1-й
		Лекції	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних - 3 самостійної роботи студента – 7.	Освітній ступінь: магістр	20 год.	6 год.
		Практичні, семінарські	
		20 год.	6 год.
		Лабораторні	
		- год.	- год.
		Самостійна робота	
		80 год.	108 год.
		Індивідуальні завдання:	
		5 год.	
		Вид контролю:	
		екз.	екз.
Передумови для вивчення дисципліни (анатомія людини, фізіологія людини і тварин, вікова фізіологія і валеологія, генетика з основами селекції)			

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Основною **метою** навчальної дисципліни є надання студентам базових знань з теорії основ здорового способу життя, практики їх впровадження, ознайомлення з основними закономірностями формування здорового способу життя та основними навичками розробки і оцінки концепції здорового способу життя.

Основними **завданнями** вивчення дисципліни «Концепції здорового способу життя» є:

- усвідомити актуальність проблеми впливу людського суспільства на здоровий спосіб життя, доказати причини необхідності дій в напрямку поліпшення здоров'я у світі та в Україні;
- розглянути практичний досвід і показати пріоритетні напрямки застосування різних концепцій здорового способу життя, втілених в Україні;
- ознайомити здобувачів вищої освіти з основними принципами, активними і пасивним методами збереження здорового способу життя, вітчизняною і міжнародною правовою базою щодо здорового способу життя;
- підготувати здобувачів вищої освіти до самостійного дослідження у області визначення здорового способу життя, до оцінки впливу різних чинників на здоров'я людини.

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні набути таких **компетентностей**:

ЗК 4. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.

ЗК 5. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями, застосовувати знання в практичних ситуаціях.

ЗК 12. Здатність забезпечувати безпечну діяльність.

ФК 13. Здатність упроваджувати здоров'язбережувальні та оздоровчі технології в педагогічній діяльності.

ФК 14. Здатність формувати в учнів позитивну мотивацію до здорового способу життя на основі розвитку життєвих навичок.

ФК 15. Здатність застосовувати знання з біологічних дисциплін для обрання ефективних шляхів і способів збереження, зміцнення та відновлення здоров'я людини.

3. Очікувані результати навчання

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен

Знати:

- сучасні уявлення та різні точки зору на концепції здорового способу життя, зміст їх компонентів;
- підходи, методи зміцнення і формування здорового способу життя;
- сутність та основні принципи збереження фізичного, психічного і соціального здоров'я людини;

Вміти:

- вільно володіти понятійним апаратом, знати основні проблеми, мету та завдання дисципліни;
- вміти виявляти і аналізувати рівні здоров'я, проводити його оцінку;
- користуватись комплексами фізичних вправ для підтримання власного здоров'я;
- здійснювати заходи щодо вироблення стратегії і тактики збереження фізичного, психічного і соціального здоров'я і профілактики його розладів та пропагувати ведення здорового способу життя.

Програмні результати навчання:

ПРН 16. Самостійно організовувати процес навчання упродовж життя і вдосконалювати з високим рівнем автономності здобуті під час навчання предметні компетентності.

ПРН 17. Розуміти норми власної безпечної поведінки, безпечну професійну поведінку щодо інших людей і щодо природного навколишнього середовища.

ПРН 19. Знати основні принципи збереження й зміцнення здоров'я, формувати ціннісні орієнтації щодо здорового способу життя; застосовувати в освітньому процесі здоров'язбережувальні та оздоровчі технології.

4. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. Глобальна проблема здоров'я людини на сучасному етапі розвитку суспільства.

Тема 1. Проблеми здоров'я людини, пошук шляхів її розв'язання.

Тема 2. Сучасне розуміння здоров'я людини і його основних складових.

Тема 3. Соціальна політика формування здорового способу життя.

Тема 4. Мотивації здоров'я і здорового способу життя.

Тема 5. Основні складові здорового способу життя, поняття норми.

Змістовий модуль 2. Структура і концепція здорового способу життя.

Тема 6. Особливості формування здорового способу життя.

Тема 7. Здоров'я, хвороби і фактори навколишнього середовища.

Тема 8. Роль екологічної складової в формуванні здорового способу життя.

Тема 9. Сучасна урбанізація і здоровий спосіб життя.

Тема 10. Правові підходи щодо сприяння здоровому способу життя.

5. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин											
	денна форма						заочна форма					
	усього	у тому числі					усього	у тому числі				
		л	п	лаб	інд	с. р.		л	п	лаб	інд	с. р.
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Модуль 1												
Змістовий модуль 1. Глобальна проблема здоров'я людини на сучасному етапі розвитку суспільства.												
Тема 1. Проблеми здоров'я людини, пошук шляхів її розв'язання.	12	2	2	-	-	8	10	-	-	-	-	10
Тема 2. Сучасне розуміння здоров'я людини і його основних складових.	12	2	2	-	-	8	12	2	-	-	-	10
Тема 3. Соціальна політика формування здорового способу життя.	12	2	2	-	-	8	10	-	-	-	-	10
Тема 4. Мотивації здоров'я і здорового способу життя.	12	2	2	-	-	8	14	-	2	-	-	12
Тема 5. Основні складові здорового способу життя, поняття норми.	12	2	2	-	-	8	12	-	-	-	-	12
Разом за змістовим модулем 1	60	10	10	-	-	40	58	2	2	-	-	54

Змістовий модуль 2. Структура і концепція здорового способу життя.												
Тема 6. Особливості формування здорового способу життя.	12	2	2	-	-	8	12	2	-	-	-	10
Тема 7. Здоров'я, хвороби і фактори навколишнього середовища.	12	2	2	-	-	8	12	-	2	-	-	10
Тема 8. Роль екологічної складової в формуванні здорового способу життя.	12	2	2	-	-	8	10	-	-	-	-	10
Тема 9. Сучасна урбанізація і здоровий спосіб життя.	12	2	2	-	-	8	14	-	2	-	-	12
Тема 10. Правові підходи щодо сприяння здоровому способу життя.	12	2	2	-	-	8	14	2	-	-	-	12
Разом за змістовим модулем 2	60	10	10	-	-	40	62	6	6	-	-	54
ІНДЗ	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	-
Усього годин	120	20	20	-	-	80	120	6	6	-	-	108

6. Теми семінарських занять

Не передбачено.

7. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Оттавська Хартія і Джакартська декларація. Стан здоров'я населення в Україні.	2
2	Індивідуальний план здорового способу життя	2
3	Здоровий спосіб життя в молодіжному середовищі	2
4	Визначити складові здорового способу життя	2
5	Визначити ієрархічний перелік власних життєвих потреб	2
6	Вітчизняні ініціативи впровадження концепції здорового способу життя в громадах	2
7	Моніторинг впливу навколишнього середовища на здоровий спосіб життя населення	2
8	Правові законодавчо-нормативні положення України в сфері формування здорового способу життя	2
9	Вплив навколишнього середовища на здоров'я людини	2
10	Профілактичні заходи в формуванні здорового способу життя	2

Практичні заняття проводяться у вигляді семінарів. Серед тематичних семінарів, в основному, використовуються семінар – бесіда (обговорення заздалегідь підготовлених студентами доповідей) та семінар – дискусія. На семінарах, в обов'язковому порядку, пропонуються запитання проблемного характеру, які вимагають у студентів обґрунтування відповіді, наведення прикладів, порівнянь, пояснень, тобто, творчого, продуктивного мислення.

8. Теми лабораторних занять

Не передбачено.

9. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Здоров'я як феномен інтеграції наслідків людської діяльності	2
2	Загальнолюдська відповідальність за здоров'я - від індивідуального рівня здоров'я до рівня здоров'я всього світу	2
3	Розгляд поняття «здоровий спосіб життя» в історичному аспекті, його ідеологічні засади, принципи, характеристики, стратегії формування концепцій ЗСЖ на засадах соціальної політики, шляхи реалізації і місцеві ініціативи соціальної політики, кадри, що її формують	2
4	Оцінка сучасної суспільної ситуації та необхідність	2
5	Специфічні особливості визначення стану здоров'я в молодіжному середовищі	2
6	Проблеми наркоманії, алкоголізму, тютюнопаління	2
7	Вибір способу життя, його психологія і комунікативна толерантність	2
8	Роль здорового способу життя як фактор успіху людини у соціальній, професійній сфері та сімейному житті.	2
9	Економічний аспект найбільш відомих концепцій ЗСЖ	2
10	Основні закономірності формування екологічних ситуацій	2
11	Моніторинг впливу середовища на здоров'я людей	2
12	Використання світового досвіду при сприянні новим законотворчим ініціативам щодо здорового способу життя	2

13	Недостатність існуючої нормативної бази для втілення проєктів формування здорового способу життя	2
14	Потенціал громадських організацій України - суттєвий чинник позитивного впливу на розвиток і формування системи ЗСЖ.	2
15	Інформаційний простір України для потреб формування і вдосконалення здорового способу життя суспільства.	2
16	Сучасне розуміння здоров'я людини і його основних складових	2
17	Мотивація до здорового способу життя	2
18	Концепція збалансованого харчування	2
19	Раціональна організація способу життя	2
20	Оптимальна організація робочого режиму	2
21	Шкідливі звички та їх профілактика	4
22	Фізична культура у режимі здорового способу життя	4
23	Запобігання стресу засобами фізичної культури	4
24	Соціальні причини поширення пандемії ВІЛ/СНІДу.	4
25	Сучасний стан проблеми туберкульозу в світі та Україні, тенденції і прогноз, профілактика	4
26	Короста і педикульоз. Шляхи зараження та методи профілактики	4
27	Ранні і пізні ускладнення при палінні. Вплив паління на здоров'я підлітка	4
28	Фактори, які сприяють виникненню третього «передпаталогічного» стану	4
29	Що таке імунітет, які форми імунітету ви знаєте	4
30	Види алкогольних напоїв, їх вплив на здоров'я. Причини вживання алкоголю підлітками. Тютюнопаління. Склад тютюнового диму, його вплив на здоров'я людини. Вейпінг	4
	Разом	80

10. Індивідуальні завдання

Індивідуальне науково-дослідне завдання з курсу «Основи здорового способу життя» передбачає підготовку презентацій по змістових модулях, що включає наступні види робіт:

- складання опорно-логічних схем відповідно до вивченого теоретичного матеріалу;
- підготовка та захист науково-інформаційних матеріалів;
- підготовка бібліографії з дисципліни.

11. Методи навчання

МН1 – словесний метод (лекція, дискусія, співбесіда тощо);
МН2 – практичний метод (лабораторні та практичні заняття);
МН3 – наочний метод (метод ілюстрацій і метод демонстрацій);
МН4 – робота з навчально-методичною літературою (конспектування, тезування, анотування, рецензування, складання реферату);
МН5 – відеометод у сполученні з новітніми інформаційними технологіями та комп'ютерними засобами навчання (дистанційні, мультимедійні, веб-орієнтовані тощо);
МН6 – самостійна робота;
МН7 – індивідуальна науково-дослідна робота здобувачів вищої освіти.

12. Методи оцінювання

МО1 – екзамен;
МО2 – усне або письмове опитування;
МО6 – реферати, есе;
МО7 – презентації результатів виконаних завдань та досліджень;
МО9 – захист лабораторних і практичних робіт.

13. Засоби діагностики результатів навчання:

-залік;
-стандартизовані тести;
-аналітичні звіти, реферати, есе;
-презентації результатів виконаних завдань та досліджень.

Види та методи навчання і оцінювання

Код компетентності (згідно ОПП)	Назва компетентності	Код програмного результату навчання	Назва програмного результату навчання	Методи навчання	Методи оцінювання результатів навчання
ЗК 04.	Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.	ПРН 16.	Самостійно організовувати процес навчання упродовж життя і вдосконалювати з високим рівнем автономності здобуті під час навчання предметні компетентності.	МН1 МН2 МН3 МН4 МН5 МН6 МН7	МО1 МО2 МО6 МО7 МО9
ЗК 05.	Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями, застосовувати знання в практичних ситуаціях.	ПРН 16.	Самостійно організовувати процес навчання упродовж життя і вдосконалювати з високим рівнем автономності здобуті під час	МН1 МН2 МН3 МН4 МН5 МН6 МН7	МО1 МО2 МО6 МО7 МО9

			навчання предметні компетентності.		
ЗК 12.	Здатність забезпечувати безпечну діяльність.	ПРН 17.	Розуміти норми власної безпечної поведінки, безпечну професійну поведінку щодо інших людей і щодо природного навколишнього середовища.	МН1 МН2 МН3 МН4 МН5 МН6 МН7	МО1 МО2 МО6 МО7 МО9
ФК 13.	Здатність упроваджувати здоров'язбережувальні та оздоровчі технології в педагогічній діяльності.	ПРН 19.	Знати основні принципи збереження й зміцнення здоров'я, формувати ціннісні орієнтації щодо здорового способу життя; застосовувати в освітньому процесі здоров'язбережувальні та оздоровчі технології.	МН1 МН2 МН3 МН4 МН5 МН6 МН7	МО1 МО2 МО6 МО7 МО9
ФК 14.	Здатність формувати в учнів позитивну мотивацію до здорового способу життя на основі розвитку життєвих навичок.	ПРН 19.	Знати основні принципи збереження й зміцнення здоров'я, формувати ціннісні орієнтації щодо здорового способу життя; застосовувати в освітньому процесі здоров'язбережувальні та оздоровчі технології.	МН1 МН2 МН3 МН4 МН5 МН6 МН7	МО1 МО2 МО6 МО7 МО9
ФК 15.	Здатність застосовувати знання з біологічних дисциплін для обрання ефективних шляхів і способів збереження, зміцнення та відновлення здоров'я людини.	ПРН 19.	Знати основні принципи збереження й зміцнення здоров'я, формувати ціннісні орієнтації щодо здорового способу життя; застосовувати в освітньому процесі здоров'язбережувальні та оздоровчі технології.	МН1 МН2 МН3 МН4 МН5 МН6 МН7	МО1 МО2 МО6 МО7 МО9

14. Критерії оцінювання результатів навчання. Визначити за допомогою якісних критеріїв мінімальний пороговий рівень оцінки і трансформувати його в мінімальну позитивну оцінку. Зазначити використовувану числову (рейтингову) шкалу.

Критерії оцінювання результатів навчання:

Суми балів за 100-бальною шкалою	Оцінка в ЄКТС	Значення оцінки ЄКТС	Критерії оцінювання	Рівень компетентності	Оцінка за національною шкалою	
					екзамен	залік
90-100	A	відмінно	здобувач вищої освіти виявляє особливі творчі здібності, вміє самостійно здобува-ти знання, без допомоги викладача знаходить і опрацьовує необхідну інформацію, вміє використовувати набуті знання і вміння для прийняття рішень у нестандартних ситуаціях, переконливо аргументує відповіді, самостійно розкриває власні здібності	Високий (творчий)	відмінно	зарах овано
82-89	B	дуже добре	здобувач вищої освіти вільно володіє теоретичним матеріалу, застосовує його на практиці, вільно розв'язує вправи і задачі у стандартних ситуаціях, самостійно виправляє допущені помилки, кількість яких незначна	Достатній (конструктивно-варіативний)	добре	
74-81	C	добре	здобувач вищої освіти вміє зіставляти, узагальнювати, систематизувати інформацію під керівництвом викладача, загалом самостійно застосовувати її на практиці; контролювати власну діяльність; виправляти помилки, з-поміж яких є суттєві, добирати аргументи для підтвердження думок			
64-73	D	задовільно	здобувач вищої освіти відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень, за допомогою викладача може аналізувати навчальний матеріал, виправляти помилки, з-поміж яких є	Середній (репродуктивний)	задовільно	

			значна кількість суттєвих			
60-63	E	достатньо	здобувач вищої освіти володіє навчальним матеріалом на рівні, вищому за початковий, значну частину його відтворює на репродуктивному рівні			
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання семестрового контролю	здобувач вищої освіти володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів, що становлять незначну частину навчального матеріалу	Низький (рецептивно-продуктивний)	незадовільно	не зараховано
1-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням залікового кредиту	здобувач вищої освіти володіє матеріалом на рівні елементарного розпізнання і відтворення окремих фактів, елементів, об'єктів	Низький (рецептивно-продуктивний)	незадовільно	не зараховано

15. Розподіл балів, які отримують здобувачі вищої освіти

Поточне тестування та самостійна робота											Екзамен	Сума
Змістовий модуль №1					Змістовий модуль №2							
T1	T2	T3	T4	T5		T6	T7	T8	T9	T10	40	100
3	3	3	3	3		3	3	3	3	3		
Модульний контроль-15					Модульний контроль-15							

16. Методичне забезпечення

Самостійна робота студентів над теоретичним та практичним матеріалом навчальної дисципліни здійснюється в таких формах:

- вивчення теоретичного матеріалу, що викладений на лекційних заняттях та призначеного для самостійного опрацювання;
- індивідуальне та групове виконання навчальних завдань із даної предметної області.

У якості навчально-методичного забезпечення самостійної роботи студентів використовується базова та додаткова література з дисципліни, інтернет-ресурси, матеріал лекцій, методичні рекомендації для виконання завдань практичних робіт та виконання самостійної роботи.

17. Питання для підготовки до підсумкового контролю

1. Здоровий спосіб життя – його складові та значення для здоров'я
2. Ієрархічна класифікація потреб за Абрахамом Маслоу, життєві пріоритети

3. Значення рухової активності для розвитку фізичного здоров'я молоді
4. Структура і значення здорового способу життя
5. Індивідуальне здоров'я, його складові, формування, характеристика
6. Фактори, які впливають на формування здоров'я
7. Система дій щодо концепції здорового способу життя. Етапи розвитку концепції здорового способу життя
8. Особливості харчування осіб розумової праці
9. Мотивації здоров'я і здорового способу життя
10. Історія діяльності з формування здорового способу життя
11. Здоровий спосіб життя в ієрархії потреб людини, його вплив на здоров'я та працездатність.
12. Причини виникнення залежностей у дітей до шкідливих звичок
13. Основні складові здорового способу життя, поняття норми
14. Основи здорового способу життя студентів
15. Основні шкідливі чинники, що негативно впливають на людину за комп'ютером
16. Діючі концепції здорового способу життя країн-лідерів з дослідження проблем здоров'я
17. Сучасне розуміння здоров'я людини і його основних складових
18. Принципи організації антинаркотичного виховання в навчальних закладах
19. Законодавче та нормативне забезпечення діяльності з формування здорового способу життя
20. Концепція здорового способу життя в Україні
21. Вплив тютюнопаління на здоров'я дітей і підлітків
22. Сучасні вимоги та основні положення формування державної політики, сприятливої для здорового способу життя світової спільноти
23. Охарактеризуйте критерії здорового способу життя
24. Роль вчителя у профілактиці шкідливих звичок (паління, вживання алкоголю, наркоманія)
25. Основи законодавства світової і європейської спільноти щодо здорового способу життя
26. Вплив способу життя на фізичне здоров'я, формування, значення
27. Поняття про «хворобу», причини захворювань, їх перебіг, наслідки
28. Формування потреби у здоровому способі життя
29. Охарактеризуйте спосіб життя, його вплив на здоров'я людини
30. Харчові добавки, консерванти, емульгатори, їх вплив на здоров'я
31. Здоров'я та спосіб життя - об'єктивна реальність. Взаємозв'язок між волею і звичками.
32. Стан здоров'я та спосіб життя молоді України
33. Назвіть основні види загартовуючих факторів
34. Поняття «здоровий спосіб життя» в історичному аспекті, його ідеологічні засади, принципи, характеристики, стратегії
35. Чинники успіху розробки концепції здорового способу життя
36. Фізичне та психічне здоров'я: формування залежно від способу життя, Значення
37. Система охорони здоров'я України та її особливості
38. Поняття якості життя, перелік потреб людини
39. Вплив сонця, повітря і води, як факторів оздоровлення людини
40. Роль екологічної складової в формуванні здорового способу життя
41. Здоровий спосіб життя як біологічна і соціальна проблема
42. Причини які сприяють виникненню захворювань у школярів
43. Рівні здоров'я в суспільстві. Основні передумови здоров'я.
44. Вплив способу життя на формування індивідуального здоров'я
45. Основні світові тенденції розвитку та соціальні причини поширення пандемії ВІЛ/СНІДу
46. Специфічні особливості визначення стану здоров'я в молодіжному середовищі. Можливості і обмеження здорового способу життя молоді
47. Заходи з формування ЗСЖ на основі соціо-екологічного підходу до здоров'я
48. Охарактеризуйте проблеми здоров'я суспільства
49. Основні принципи здорового способу життя. Фундаментальні основи здоров'я нації

50. Потенціал громадських організацій України - суттєвий чинник позитивного впливу на розвиток і формування системи ЗСЖ
51. Вплив екологічних факторів на формування здоров'я людини (вода, ґрунт, повітря та ін.)
52. Роль здорового способу життя як фактор успіху людини у соціальній, професійній сфері та сімейному житті
53. Сучасна урбанізація і здоровий спосіб життя
54. Проблеми надлишкової ваги тіла, вплив на здоров'я, методи її корекції
55. Інформаційний простір України для потреб формування і вдосконалення здорового способу життя суспільства
56. Глобальна проблема здоров'я людини на сучасному етапі розвитку суспільства
57. Вплив алкоголю на здоров'я підлітків, ознаки, профілактика
58. Активність громади у визначенні пріоритетів, ініціатив, ухваленні рішень, впровадженні заходів щодо зменшення проблем та поліпшення здоров'я населення
59. Роль здорового способу життя як фактор успіху людини у соціальній, професійній сфері та сімейному житті
60. «Хвороби цивілізації», виникнення, профілактика
61. Спосіб життя в складі чинників, що обумовлюють рівень здоров'я за різними оцінками. Фізична, психічна, духовна, соціальна складові здоров'я
62. Проблема соціальної медицини, головні причини поширення явища дитячої безпритульності
63. Основні складові харчового раціону, їх значення
64. Діяльність ЗМІ України в контексті здорового способу життя. Перспективи втілення концепцій здорового способу життя в сфері валеологічної освіти за підтримки ЗМІ
65. Стан системи охорони здоров'я дітей України
66. Недоліки у харчуванні сучасної людини
67. Відповідальність за стан громадського здоров'я. Функції і завдання соціальної політики
68. Репродуктивне здоров'я, його характеристика, значення у формуванні сім'ї
69. Вітчизняні ініціативи впровадження концепцій здорового способу життя
70. Проблеми здоров'я людини, пошук шляхів її розв'язання
71. Специфічні особливості визначення стану здоров'я в молодіжному середовищі
72. Вплив алкоголю на здоров'я жінок та дітей
73. Теоретичні засади формування здорового способу життя
74. Сучасний стан проблеми туберкульозу в світі та Україні, тенденції і прогноз, профілактика
75. Розвантажувальне харчування, його суть, показання до призначення

18. Рекомендована література (основна, допоміжна)

Основна

1. Єжова О.О. Здоровий спосіб життя: навчальний посібник. Суми : Університетська книга, 2011. 127 с.
2. Міхєєнко О.І. Валеологія: Основи індивідуального здоров'я людини: навч. посібник. 2-ге вид., перер. і допов. Суми : Університетська книга, 2010. 448 с.
3. Оржеховська В.М., Єжова О.О. Здоровий спосіб життя: навчально-методичний посібник. Суми : Видавництво СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2010. 188 с.
4. Основи здорового способу життя. Кручаниця М.І., Кручаниця В.В., Мелега К. П., Дуло О. А., Розумикова Н. В. Ужгород : ТОВ «РІК-У», 2016. 264 с.
5. Формування здорового способу життя молоді. Навчально-методичні рекомендації. Авт. колект. Т. Андріюченко, О. Вакуленко, В. Волков, Н. Дзюба, В. Коляда, Н. Комарова, І. Пеша, Н. Тілікіна (кер. авт. колект. Т. Андріюченко). 2-ге вид. К : Бланк-Прес, 2019. 120 с.
6. Нетрадиційні засоби оздоровлення: навчальний посібник. Кручаниця М.І., Філак Ф.Г., Н.В. Розумик, Я.Ф. Філак. Ужгород : Вид-во «Говерла», 2008. 120 с.

Допоміжна

1. Концепція Загальнодержавної програми «Здоров'я 2020: український вимір», розпорядження № 1164-р від 31 жовтня 2011 р.
2. Мухамед'яров Н. Н. Формування здорового способу життя: теоретичний аспект. Вісник Харківської державної академії культури. 2013. Вип. 39. С. 249-256.
3. Рева О.М. Здоровий спосіб життя як предмет наукового аналізу. Актуальні проблеми сучасної психології: реалії та перспективи розвитку. Збірник матеріалів конференції, 15.04. 2008р. За заг. ред. Н.К.Вічалковської. Луцьк : Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2008. С. 154-160.
4. Токман А.А. Прикладні аспекти формування здорового способу життя у студентів вищих навчальних закладів. Наукові праці МАУП, 2012, Вип.. 2 (33). С.217 – 221.

Інформаційні (інтернет) ресурси

1. <https://www.bsmu.edu.ua/blog/2977-osnovi-zdorovogo-sposobu-zhittya/>
2. <https://clinic.gov.ua/zdorovy-sposib-zhyttia/>
3. <https://surli.cc/elanfs>