



INTERNATIONAL EUROPEAN UNIVERSITY
EDUCATIONAL AND SCIENTIFIC INSTITUTE
"EUROPEAN MEDICAL SCHOOL"
DEPARTMENT
OF MEDICAL AND PREVENTIVE DISCIPLINES

THEMATIC PLAN OF INDEPENDEND WORK OF STUDENTS

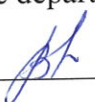
FOR 1st YEAR STUDENTS, II SEMESTER
SPECIALTY 222 "MEDICINE"
DISCIPLINE

Methods of teaching the basics of health

№	Topic	Hours
I	Preparation for practical classes - theoretical training and development of practical skills	15
II	Independent study of topics that are not included in the plan of classroom classes:	30
1.	A woman's lifestyle during pregnancy (nutrition, exercise, communication, attitudes, etc.) and its impact on pregnancy and fetal health.	3
2.	Early abortion and its consequences for women's health.	3
3.	Hardening by cold and heat: specifics and health effect.	3
4.	Biorhythms and mode of operation of modern man.	3
5.	Influence of alcohol and tobacco on the digestive process.	3
6.	General trends in human diseases related to the ecological characteristics of the region of residence: statistics and their analysis.	3
7.	The impact of the Covid 19 pandemic on Ukrainian behavior.	3
8.	Chernobyl as an environmental catastrophe: consequences and repercussions today.	3
9.	Biological and psychological roots of building an anti-stress code of life.	3
10.	Statistical Data Bank: Global Trends and Situation in Ukraine on the Spread of Alcohol and Drug Addiction.	3
III	Individual independent work of the student.	3
IV	Preparation for the final credit control.	2

Discussed and approved at the meeting of the department of
MEDICAL AND PREVENTIVE DISCIPLINES,
protocol № 2 from "01" 09 2021

Head of the department, Doctor of Biological Sciences, Associate Professor

 Maya VERGOLYAS



INTERNATIONAL EUROPEAN UNIVERSITY
EDUCATIONAL AND SCIENTIFIC INSTITUTE
"EUROPEAN MEDICAL SCHOOL"
DEPARTMENT
OF MEDICAL AND PREVENTIVE DISCIPLINES

THEMATIC PLAN OF LECTURES
FOR 1ST YEAR STUDENTS, II SEMESTER
SPECIALTY 222 "MEDICINE"

DISCIPLINE

Methods of teaching the basics of health.

№	Topic	Hours
1.	Introduction to the study of the discipline "Methods of teaching the basics of health." Health as a practical and philosophical problem. Characteristics of the principles of valeological education.	2
2.	Legislative and regulatory framework of Ukraine for a healthy lifestyle. Basic concepts of the discipline "Methods of teaching the basics of health".	2
3.	The concept of health, its integrative content.	2
4.	Valeological diagnosis as a tool for assessing the quality and quantity of health.	2
Total:		8

Discussed and approved at the meeting of the department
MEDICAL AND PREVENTIVE DISCIPLINES,
protocol № 2 from 01 " 09 2021

Head of the department, Doctor of Biological Sciences, Associate Professor

 Maya VERGOLYAS



INTERNATIONAL EUROPEAN UNIVERSITY
EDUCATIONAL AND SCIENTIFIC INSTITUTE
"EUROPEAN MEDICAL SCHOOL"

DEPARTMENT
OF MEDICAL AND PREVENTIVE DISCIPLINES

THEMATIC PLAN OF PRACTICAL CLASSES
FOR 1st YEAR STUDENTS, II SEMESTER
SPECIALTY 222 "MEDICINE"
DISCIPLINE

Methods of teaching the basics of health

№	Topic	Hours
	SECTION 1. "FUNDAMENTALS OF HEALTH" AS A SCIENCE. VALEOLOGICAL DIAGNOSIS.	
1.	Health as a practical and philosophical problem.	2
2.	Health assessment and self-assessment, health criteria.	2
3.	The influence of environmental factors on the formation of public health.	2
4.	Demographic situation and life expectancy in Ukraine.	2
5.	Physical activity and health. Prevention of scoliosis and flat feet.	2
6.	Rational nutrition.	2
7.	The leading role of spirituality in the process of formation, development of health.	2
8.	Preventive educational work with young people as the main form of drug prevention.	2
	SECTION II. MAIN RISKS OF OCCURRENCE AND BASICS OF DISEASE AND INJURY PREVENTION. FIRST AID. THEORY AND PRACTICE OF FORMATION, PRESERVATION AND PROMOTION OF HEALTH.	
9.	Risk concept. Risk management. Factors affecting health.	2
10.	Anti-epidemic measures. Sanitary and hygienic regime.	2
11.	Immunity: types of immunity and factors that affect it.	2
12.	Blood-borne infections. Respiratory diseases.	2
13.	Sexually transmitted infections.	2
14.	Children's somatic diseases and their prevention.	2
15.	Injury and its prevention. Providing first aid.	2
16.	Final control (credit).	2
Total:		32

Discussed and approved at the meeting of the department of
 MEDICAL AND PREVENTIVE DISCIPLINES,
 protocol № 2 from "01" 09 2021

Head of the department, Doctor of Biological Sciences, Associate Professor

 Maya VERGOLYAS



INTERNATIONAL EUROPEAN UNIVERSITY

EDUCATIONAL AND SCIENTIFIC INSTITUTE
"EUROPEAN MEDICAL SCHOOL"

DEPARTMENT
OF MEDICAL AND PREVENTIVE DISCIPLINES

The list of theoretical questions for the final control

FOR 1st YEAR STUDENTS, II SEMESTER SPECIALTY 222 "MEDICINE"

DISCIPLINE **Methods of teaching the basics of health**

1. The development of the practice of healing the soul and body in primitive human civilizations.
2. The achievements of Eastern and Tibetan healers and their significance for today.
3. The contribution of ancient civilizations to the development of the theory and practice of human health.
4. Classical era and the Middle Ages: developments in the treatment and prevention of human diseases.
5. Valeology as a way to shape the health of modern man: the succession of universal achievements and their own prospects.
6. The concept of health. The importance of health and approaches to its study.
7. Health levels.
8. Health criteria.
9. The interdependence between human spiritual and physical health. Historical concept of health.
10. Behavioral health factors. .
11. Healthy Lifestyle. Motivating factors of health.
12. Human physical health and its evaluation criteria.
13. Manifestations of self-organization of the human body as a biological system. The concept of homeostasis.
14. Long-term and short-term adaptation of the organism.
15. Physical health factors. Physical development.
16. Physical fitness. Functional readiness.
17. Physical health assessment and self-assessment.
18. Criteria for assessing physical health.
19. Self-assessment of the condition as a subjective criterion for assessing health. Anthropometric, biochemical, anatomical and physiological indicators as components of an objective criterion for assessing health.
20. Health assessment by G.L. Apanasenko. Methods of assessment and self-assessment of health.
21. Quantitative approach to health assessment according to M. Amosov. The method of functional tests as an objective approach to the assessment of functional reserves of the organism.
22. Health as a social phenomenon. Social level of individual health.
23. The role of medical statistics in characterizing the social health of the population.
24. Public health and deviant behavior. Types of deviations as a criterion for assessing public health.
25. Social health indicators. Population welfare.
26. Structural characteristics of societies as determinants of social health.
27. Social classes and human health.
28. Age-related health conditions.
29. Models for explaining gender differences in health.
30. Attitudes towards health, its components.
31. Motives for a healthy lifestyle.
32. Ways to form a healthy lifestyle. Assessment of the level of satisfaction with the quality of life.
33. Mental health: a concept.
34. Peculiarities of morbidity of the population of Ukraine, their regional aspect.
35. Healthy lifestyle, essence and components.
36. Healthy lifestyle in the traditions of the Ukrainian people.
37. A woman's lifestyle during pregnancy and its impact on pregnancy and fetal health. The nature of pregnancy with the use of heroin, alcohol, smoking.
38. Consequences of infectious diseases and their prevention.
39. Nutrition of modern man from the standpoint of valeology.
40. Physiology of the digestive process. Practical recommendations for the normalization of the gastrointestinal tract.
41. AIDS as a disease of the immune system. The essence and prevention.
42. Prevention of the spread of AIDS among drug addicts: socio-pedagogical and national aspects.

Discussed and approved at the meeting of the department of
MEDICAL AND PREVENTIVE DISCIPLINES,
protocol № 2 from "01" 09 2021

Head of the department, Doctor of Biological Sciences, Associate Professor
Maya VERGOLYAS



МІЖНАРОДНИЙ ЄВРОПЕЙСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ

НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ
«ЄВРОПЕЙСЬКА МЕДИЧНА ШКОЛА»

КАФЕДРА МЕДИКО-ПРОФІЛАКТИЧНИХ ДИСЦИПЛІН

ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН ЛЕКЦІЙ
ДЛЯ СТУДЕНТІВ 1 КУРСУ, II СЕМЕСТР
СПЕЦІАЛЬНІСТЬ 222 «МЕДИЦИНА»
ДИСЦИПЛІНА

МЕТОДИ НАВЧАННЯ ОСНОВ ЗДОРОВ'Я

№	Назва теми	Кількість годин
1	Вступ до вивчення дисципліни «Методи навчання основ здоров'я». Здоров'я як практична і філософська проблема. Характеристика принципів валеологічної освіти.	2
2	Законодавча і нормативно-правова база України щодо здорового способу життя. Основні поняття дисципліни «Методи навчання основ здоров'я».	2
3	Поняття про здоров'я, його інтегративний зміст.	2
4	Валеологічна діагностика, як інструмент оцінки якості і кількості здоров'я.	2
Всього		8

Обговорено та схвалено на засіданні кафедри
МЕДИКО-ПРОФІЛАКТИЧНИХ ДИСЦИПЛІН,
протокол № 2 від « 01 » 09 2021 р.

Завідувач кафедри, д.б.н., доцент _____ М.Р. Верголяс



МІЖНАРОДНИЙ ЄВРОПЕЙСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ

НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ
«ЄВРОПЕЙСЬКА МЕДИЧНА ШКОЛА»

КАФЕДРА МЕДИКО-ПРОФІЛАКТИЧНИХ ДИСЦИПЛІН

**Перелік теоретичних питань до підсумкового
контролю**

ДЛЯ СТУДЕНТІВ 1 КУРСУ, II СЕМЕСТР СПЕЦІАЛЬНІСТЬ 222 «МЕДИЦИНА»
ДИСЦИПЛІНА МЕТОДИ НАВЧАННЯ ОСНОВ ЗДОРОВ'Я

1. Розвиток практики оздоровлення душі і тіла у примітивних людських цивілізаціях.
2. Набутки цілювачів Сходу та Тибету і їх значення для сучасності.
3. Внесок древніх цивілізацій у розвиток теорії і практики оздоровлення людини.
4. Класична епоха і середньовіччя: напрацювання в галузі лікування і профілактики захворювань людини.
5. Валеологія як шлях до формування здоров'я сучасної людини: спадкоємність загальнолюдських здобутків і власні перспективи.
6. Поняття про здоров'я. Значення здоров'я та підходи до його вивчення.
7. Рівні здоров'я.
8. Критерії визначення стану здоров'я.
9. Взаємозалежність між духовним і фізичним здоров'ям людини. Історична концепція здоров'я.
10. Поведінкові фактори здоров'я.
11. Здоровий спосіб життя. Мотивуючі фактори здоров'я.
12. Фізичне здоров'я людини та його критерії оцінки.
13. Прояви самоорганізації тіла людини як біологічної системи. Поняття про гомеостаз.
14. Довготривала та короточасна адаптація організму.
15. Фактори фізичного здоров'я. Фізичний розвиток.
16. Фізична підготовленість. Функціональна підготовленість.
17. Оцінка та самооцінка фізичного здоров'я.
18. Критерії оцінки фізичного здоров'я.
19. Самооцінка стану як суб'єктивний критерій оцінки здоров'я. Антропометричні, біохімічні, анатомічні та фізіологічні показники як складові об'єктивного критерію оцінки стану здоров'я.
20. Оцінка стану здоров'я за Г.Л. Апанасенко. Методи оцінки та самооцінки стану здоров'я.
21. Кількісний підхід до оцінки здоров'я за М. Амосовим. Метод функціональних проб як об'єктивний підхід до оцінки функціональних резервів організму.
22. Здоров'я як соціальний феномен. Соціальний рівень індивідуального здоров'я.
23. Роль медичної статистики у характеристиці соціального здоров'я населення.
24. Здоров'я суспільства та девіантна поведінка. Види девіацій як критерій оцінки суспільного здоров'я.
25. Показники соціального здоров'я. Благополуччя популяції.
26. Структурні характеристики суспільств як детермінанти соціального здоров'я.
27. Соціальні класи та здоров'я людини.
28. Вікові особливості стану здоров'я.
29. Моделі пояснення гендерних відмінностей у здоров'ї.
30. Ставлення до здоров'я, його компоненти.
31. Мотиви дотримання здорового способу життя.
32. Шляхи формування здорового способу життя. Оцінка рівня задоволеності якістю життя.
33. Психічне здоров'я: поняття.
34. Особливості захворюваності населення України, їх регіональний аспект.
35. Здоровий спосіб життя, сутність та складові.
36. Здоровий спосіб життя у традиціях українського народу.
37. Спосіб життя жінки в період вагітності та його вплив на протікання вагітності і здоров'я плоду. Характер протікання вагітності при вживанні героїну, алкоголю, тютюнокуріння.
38. Наслідки інфекційних захворювань та їх профілактика.
39. Харчування сучасної людини з позицій валеології.
40. Фізіологія процесу травлення. Практичні рекомендації щодо нормалізації роботи шлунково-кишкового тракту.
41. СНІД як захворювання імунної системи. Сутність і профілактика.
42. Попередження поширення СНІДу серед наркоманів: соціальнопедагогічні і загальнодержавні аспекти.

Обговорено та схвалено на засіданні кафедри
МЕДИКО-ПРОФІЛАКТИЧНИХ ДИСЦИПЛІН,
протокол № 2 від «01» 09 2021 р.

Завідувач кафедри, д.б.н., доцент

М.Р. Верголяс



МІЖНАРОДНИЙ ЄВРОПЕЙСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ

НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ
«ЄВРОПЕЙСЬКА МЕДИЧНА ШКОЛА»

КАФЕДРА МЕДИКО-ПРОФІЛАКТИЧНИХ ДИСЦИПЛІН

ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ
ДЛЯ СТУДЕНТІВ 1 КУРСУ, II СЕМЕСТР
СПЕЦІАЛЬНІСТЬ 222 «МЕДИЦИНА»
ДИСЦИПЛІНА
МЕТОДИ НАВЧАННЯ ОСНОВ ЗДОРОВ'Я

№	Назва теми	Кількість годин
РОЗДІЛ 1. «ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я» ЯК НАУКА. ВАЛЕОЛОГІЧНА ДІАГНОСТИКА.		
1	Здоров'я як практична і філософська проблема.	2
2	Оцінка та самооцінка здоров'я, критерії здоров'я.	2
3	Вплив екологічних чинників на формування стану здоров'я населення.	2
4	Демографічна ситуація та тривалість життя в Україні.	2
5	Рухова активність і здоров'я. Попередження сколіозу і плоскостопості.	2
6	Раціональне харчування, його роль у формуванні здоров'я.	2
7	Провідна роль духовності в процесі формування, розвитку здоров'я.	2
8	Превентивна просвітницька робота з молоддю як основна форма профілактики вживання наркотичних речовин.	2
РОЗДІЛ II. ОСНОВНІ РИЗИКИ ВИНИКНЕННЯ ТА ОСНОВИ ПРОФІЛАКТИКИ ЗАХВОРЮВАНЬ І ТРАВМАТИЗМУ. ПЕРША ДОПОМОГА. ТЕОРІЯ ТА ПРАКТИКА ФОРМУВАННЯ, ЗБЕРЕЖЕННЯ ТА ЗМІЦНЕННЯ ЗДОРОВ'Я.		
9	Концепція ризику. Керування ризиком. Чинники, що впливають на здоров'я.	2
10	Протиепідемічні заходи. Санітарно-гігієнічний режим.	2
11	Імунітет: види імунітету та чинники, що на нього впливають.	2
12	Інфекції, що передаються через кров. Захворювання органів дихання.	2
13	Інфекції, що передаються статевим шляхом (венеричні хвороби).	2
14	Дитячі соматичні хвороби та їх профілактика.	2
15	Травматизм і його профілактика. Надання першої долікарської допомоги.	2
16	Підсумковий контроль (залік)	2
Всього		32

Обговорено та схвалено на засіданні кафедри
МЕДИКО-ПРОФІЛАКТИЧНИХ ДИСЦИПЛІН,
протокол № 2 від «01» 09 2021 р.
Завідувач кафедри, д.б.н., доцент В.Р.

М.Р. Верголяс



МІЖНАРОДНИЙ ЄВРОПЕЙСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ

НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ
«ЄВРОПЕЙСЬКА МЕДИЧНА ШКОЛА»

КАФЕДРА МЕДИКО-ПРОФІЛАКТИЧНИХ ДИСЦИПЛІН

ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ
ДЛЯ СТУДЕНТІВ 1 КУРСУ, II СЕМЕСТР
СПЕЦІАЛЬНІСТЬ 222 «МЕДИЦИНА»
ДИСЦИПЛІНА
МЕТОДИ НАВЧАННЯ ОСНОВ ЗДОРОВ'Я

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
	РОЗДІЛ 1.	
I	<i>Підготовка до практичних занять.</i>	15
II	<i>Самостійне опрацювання тем, які не входять до плану аудиторних занять: не передбачено програмою.</i>	30
1	Спосіб життя жінки рід час вагітності (харчування, фізичні навантаження, спілкування, ставлення оточення тощо) та його вплив на перебіг вагітності і здоров'я плоду.	3
2	Ранній аборт та його наслідки для здоров'я жінки.	3
3	Загартовування холодом і теплом: специфіка і оздоровчий ефект.	3
4	Біоритми і режим роботи сучасної людини.	3
5	Вплив алкоголю та тютюну на процес травлення.	3
6	Загальні тенденції захворювань людини, пов'язаних з екологічними особливостями регіону проживання: статистичні дані та їх аналіз.	3
7	Вплив пандемії Covid 19 на поведінку українців.	3
8	Чорнобиль як екологічна катастрофа: наслідки і відлуння у сьогоденні.	3
9	Біологічні та психологічні корені побудови антистресового кодексу життя.	3
10	Статистичний банк даних: світові тенденції та ситуація в Україні щодо поширення захворювань та смертності, пов'язаних з алкогольною та наркотичною залежністю.	3
III	<i>Індивідуальна самостійна робота студента.</i>	3
IV	<i>Підготовка до підсумкового залікового контролю засвоєння знань, умінь.</i>	2
Всього:		50

Обговорено та схвалено на засіданні кафедри
МЕДИКО-ПРОФІЛАКТИЧНИХ ДИСЦИПЛІН,
протокол № 2 від «01» 09 2021 р.

Завідувач кафедри, д.б.н., доцент

М.Р. Верголяс