ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ, ЗДОРОВ'Я ТА ТУРИЗМУ

ЗАТВЕРДЖУЮ
Декан факультету фізичного виховання,
здоров'я та туризму ЗНУ

_____ М.В. Маліков

«_____»_____202___

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
НЕТРАДИЦІЙНІ МЕТОДИ ОЗДОРОВЛЕННЯ

підготовки бакалавра

денної та заочної форм здобуття освіти
освітньо-професійна програма «ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ»
спеціальності 017 Фізична культура і спорт
галузі знань 01 Освіта/Педагогіка

ВИКЛАДАЧ: Омельяненко Галина Анатоліївна, к.пед.н., доцент, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту

Обговорено та ухвалено
на засіданні кафедри теорії та методики
фізичної культури і спорту
Протокол № 1 від "27" серпня 2026 р.

В.о. завідувача кафедри теорії та методики
фізичної культури і спорту

_____ Орлов А.А.

Погоджено
Гарант освітньо-професійної програми

2026 рік

Зв`язок з викладачем (викладачами): к.пед.н., доцент Омельяненко Галина Анатоліївна
E-mail: znutmfkit@gmail.com
Телефон: (061) 228-75-18 (кафедра)
Інші засоби зв'язку: https://moodle.znu.edu.ua/course/view.php?id=18533
Кафедра: теорії та методики фізичної культури і спорту, 4-й корп. ЗНУ, ауд. 303

1. Опис навчальної дисципліни

Метою викладання навчальної дисципліни "Нетрадиційні методи оздоровлення" є сформувати теоретичні знання та практичні вміння щодо застосування різних оздоровчих методів для підтримання функціонального стану організму, психофізичної саморегуляції та культури здоров'я на засадах цілісного й відповідального підходу.

Основні завдання вивчення дисципліни "Нетрадиційні методи оздоровлення":

Ознайомити студентів із основними засобами психофізичного оздоровлення: асанами, пранаямою, концентрацією уваги, медитативними практиками, самомасажем та акупресурою.

Навчити практичним методам виконання базових асан, дихальних вправ і прийомів самомасажу з урахуванням індивідуальних можливостей та принципів безпеки.

Розвинути навички медитативних практик (йога-нідра, концентративна та споглядальна медитація), візуалізації, прогресивної м'язової релаксації й аутогенного тренування.

Розвинути вміння усвідомлено спостерігати за фізіологічними та психологічними реакціями організму, визначати власне самопочуття й добирати відповідні оздоровчі практики.

Формувати вміння оцінювати ефективність оздоровчих практик за фізіологічними та психологічними показниками, аналізувати індивідуальні реакції на їх застосування.

Формувати вміння критично оцінювати інформацію про нетрадиційні методи оздоровлення, розрізняти науково обґрунтовані положення, традиційні пояснення та рекламні твердження.

Сприяти усвідомленому застосуванню оздоровчих практик у повсякденному житті для зниження стресу, підтримання психофізичного благополуччя та підвищення продуктивності.

Формувати відповідальне ставлення до власного здоров'я, розуміння обмежень і протипоказань до застосування оздоровчих практик та готовність своєчасно звертатися до медичних фахівців за потреби.

2. Паспорт навчальної дисципліни

Нормативні показники	Денна форма здобуття освіти	Заочна форма здобуття освіти
Статус дисципліни	**Обов'язкова**	
Семестр	7-й	
Кількість кредитів ECTS	2	
Кількість годин	90	
Лекційні заняття		
Лабораторні заняття	36	8
Самостійна робота	54 год.	82
Консультації	https://moodle.znu.edu.ua/course/view.php?id=18533	
Вид підсумкового семестрового контролю:	**залік**	
Посилання на електронний курс у СЕЗН ЗНУ	https://moodle.znu.edu.ua/course/view.php?id=18533	

3. Зміст навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. Філософія та концепція оздоровлення

Ключова проблематика: здоров'я людини з позицій системного підходу; взаємозв'язок фізичних, психоемоційних і соціальних чинників; відповідальність за власне здоров'я; межі й можливості оздоровчих практик.

Лабораторна робота 1. Людина і її здоров'я з позицій системного підходу.

Змістовий модуль 2. Йога як цілісна система психофізичної саморегуляції

Ключова проблематика: філософські засади та структура йоги; принципи оздоровчої практики; асани як засіб фізичного й психоемоційного впливу; пранаяма та свідоме дихання; концентрація уваги й медитативні практики.

Лабораторна робота 2. Йога: філософські засади, структура та принципи оздоровчої практики.

Лабораторна робота 3. Асани як засіб фізичного та психоемоційного впливу.

Лабораторна робота 4. Пранаяма та свідоме дихання.

Лабораторна робота 5. Концентрація та медитативні практики.

Змістовий модуль 3. Методи психофізичної релаксації та саморегуляції

Ключова проблематика: зв'язок уваги, дихання й м'язового напруження; керована релаксація; візуалізаційні практики; послідовне напруження та розслаблення м'язових груп; аутогенне тренування як метод саморегуляції.

Лабораторна робота 6. Йога-нідра та глибока релаксація.

Лабораторна робота 7. Візуалізаційні практики та керування увагою.

Лабораторна робота 8. Прогресивна м'язова релаксація Джекобсона.

Лабораторна робота 9. Аутогенне тренування.

Змістовий модуль 4. Самомасаж та акупресурні практики

Ключова проблематика: роль самомасажу в підтриманні функціонального стану організму; базові прийоми самомасажу; робота з окремими ділянками тіла й стопами; загальні принципи та обмеження акупресурних практик.

Лабораторна робота 10. Самомасаж у системі підтримання функціонального стану організму. Основи самомасажу, самомасаж окремих ділянок тіла, самомасаж стоп, акупресура.

4. Теми лабораторних занять

Назва теми	Кількість годин		Згідно з розкладом
	о/д.ф	з.ф	
Лабораторна робота 1. Людина і її здоров'я з позицій системного підходу	4	2	*3 рази на 2 тиж*
Лабораторна робота 2. Йога: філософські засади, структура та принципи оздоровчої практики	4	2	*3 рази на 2 тиж*
Лабораторна робота 3. Асани як засіб фізичного та психоемоційного впливу	4		*3 рази на 2 тиж*
Лабораторна робота 4. Пранаяма та свідоме дихання	4		*3 рази на 2 тиж*
Лабораторна робота 5. Концентрація та медитативні практики	4		*3 рази на 2 тиж*
Лабораторна робота 6. Йога-нідра та глибока релаксація	4		*3 рази на 2 тиж*
Лабораторна робота 7. Візуалізаційні практики та керування увагою	4		*3 рази на 2 тиж*
Лабораторна робота 8. Прогресивна м'язова релаксація Джекобсона	2	2	*3 рази на 2 тиж*
Лабораторна робота 9. Аутогенне тренування.	2		*3 рази на 2 тиж*
Лабораторна робота 10. Самомасаж у системі підтримання функціонального стану організму. Основи самомасажу, самомасаж окремих ділянок тіла, самомасаж стоп, акупресура	4	2	*3 рази на 2 тиж*
Разом	36	8	

4. Самостійна робота

Назва теми	Кількість годин	
	о/д.ф	з.ф
Тема 1. Людина і її здоров’я з позицій системного підходу	4	8
Тема 2. Йога: філософські засади, структура та принципи оздоровчої практики	6	8
Тема 3. Асани як засіб фізичного та психоемоційного впливу	6	8
Тема 4. Пранаяма та свідоме дихання	6	8
Тема 5. Концентрація та медитативні практики	6	8
Тема 6. Йога-нідра та глибока релаксація	6	8
Тема 7. Візуалізаційні практики та керування увагою	6	8
Тема 8. Прогресивна м’язова релаксація Джекобсона	4	8
Тема 9. Аутогенне тренування.	4	8
Тема 10. Самомасаж у системі підтримання функціонального стану організму. Основи самомасажу, самомасаж окремих ділянок тіла, самомасаж стоп, акупресура	6	10
Разом	54	82

5. Види і зміст поточних контрольних заходів

№ змістового модуля	Вид поточного контрольного заходу	Зміст поточного контрольного заходу	Критерії оцінювання	Усього балів
1	**2**	**3**	**4**	**5**
1	Тестування	Тести в системі Moodle	**Максимальна кількість - 5 бали**	5
	Самостійна робота	Вимоги до виконання та оформлення наведено в системі Moodle Виконати практичну роботу згідно з методичними рекомендаціями	Виконання самостійної роботи максимально оцінюється у 3 бали **5-4 бали** – Практична робота виконана та захищена часно і якісно. Здобувач освіти повно та вірно здатен проаналізувати та узагальнити отриманий результат. При виконанні практичної роботи було дотримано всіх вимог, передбачених програмою курсу. **3-2 бали** - при виконанні практичної роботи здобувач освіти виконує роботу за зразком з помилками; робить висновки, але не розуміє достатньою мірою мету роботи. **1 бал** – робота виконана на 30-50%, висновки невірно сформульовані, захищена невчасно	5
Усього за ЗМ 1 контр. заходів	**2**			10
Поточний контроль	**1**	Тести в системі Moodle		10
2	Тестування	Тести в системі Moodle	**Максимальна кількість - 5 бали**	5
	Самостійна робота	Вимоги до виконання та оформлення наведено в системі Moodle Виконати практичну роботу згідно з методичними рекомендаціями	Виконання самостійної роботи максимально оцінюється у 3 бали **5-4 бали** – Практична робота виконана та захищена часно і якісно. Здобувач освіти повно та вірно здатен проаналізувати та узагальнити отриманий результат. При виконанні практичної роботи було дотримано всіх вимог, передбачених програмою курсу. **3-2 бали** - при виконанні практичної роботи	5

			здобувач освіти виконує роботу за зразком з помилками; робить висновки, але не розуміє достатньою мірою мету роботи. **1 бал** – робота виконана на 30-50%, висновки невірно сформульовані, захищена невчасно	
Усього за ЗМ 2 контр. заходів	**2**			10
Поточний контроль	**1**	Тести в системі Moodle		10
3	Тестування	Тести в системі Moodle	**Максимальна кількість - 5 бали**	5
	Самостійна робота	Вимоги до виконання та оформлення наведено в системі Moodle Виконати практичну роботу згідно з методичними рекомендаціями	Виконання самостійної роботи максимально оцінюється у 3 бали **5-4 бали** – Практична робота виконана та захищена часно і якісно. Здобувач освіти повно та вірно здатен проаналізувати та узагальнити отриманий результат. При виконанні практичної роботи було дотримано всіх вимог, передбачених програмою курсу. **3-2 бали** - при виконанні практичної роботи здобувач освіти виконує роботу за зразком з помилками; робить висновки, але не розуміє достатньою мірою мету роботи. **1 бал** – робота виконана на 30-50%, висновки невірно сформульовані, захищена невчасно	5
Усього за ЗМ 3 контр. заходів	**2**			10
Поточний контроль	**1**	Тести в системі Moodle		10
Усього за змістові модулі контр. заходів	**9**			60

6. Підсумковий семестровий контроль

Форма	Види підсумкових контрольних заходів	Зміст підсумкового контрольного заходу	Критерії оцінювання	Усього балів
1	**2**	**3**	**4**	**5**
Залік	Тестування у системі СЕЗН ЗНУ	Питання для підготовки: 1.Що найточніше відображає системний підхід до здоров'я людини? 2. Яке твердження найкраще описує поняття здоров'я в сучасному цілісному підході? 3.Що є важливою ознакою оздоровчої практики, побудованої на системному підході? 4. Яке співвідношення між оздоровчими практиками та доказовим підходом є найкоректнішим? 5. Чому важливо розрізняти оздоровчі практики та лікування захворювань? 6. Який спосіб найкраще підходить для оцінювання змін самопочуття під час оздоровчої програми? 7.Яке твердження найбільш точно описує йогу як систему психофізичної саморегуляції? 8.Яка функція асан у практиці йоги є найбільш обґрунтованою? 9. Що доцільно зробити перед виконанням асани з великим діапазоном руху? 10. Яка роль усвідомлення дихання під час виконання асан? 11. Що означає термін «пранаяма» в традиції йоги? 12. Який підхід до дихання є найбезпечнішим для початківця? 13. Який приклад найкраще відповідає концентративній практиці? 14. Який принцип важливий під час медитативної практики? 15. Яка мета йога-нідри в сучасній навчальній практиці? 16. Що таке сканування тіла? 17. Яка мета візуалізаційної релаксаційної практики? 18. Який принцип лежить в основі прогресивної м'язової релаксації Джекобсона? 19. Яка послідовність є типовою для прогресивної м'язової релаксації? 20. Яке твердження правильно описує аутогенне тренування?	10 тестових завдань – кожна правильна відповідь - 2 бали	**20**

		21. Який показник можна об'єктивно виміряти до і після релаксаційної вправи? 22. Яка реакція є приводом припинити релаксаційну вправу й оцінити самопочуття? 23. Який критерій найкраще допомагає добирати спосіб релаксації для конкретної людини? 24. Чим суб'єктивний показник релаксації відрізняється від об'єктивного? 25. Якою є головна мета оздоровчого самомасажу в межах навчальної дисципліни? 26. Яке правило безпеки є важливим під час самомасажу? 27. Який принцип найбільш доречний під час самомасажу стоп? 28. Що означає акупресура в загальному навчальному описі? 29. Як коректно трактувати традиційні пояснення акупресурних точок? 30. Коли варто відмовитися від самомасажу й звернутися по професійну оцінку?		
	Виконання індивідуального завдання	**Тема:** Вплив дихальних і медитативних технік на психофізіологічний стан людини. **Форма звіту:** Індивідуальна робота складається з таких частин: *I. Пояснювальна записка (вступ, основна частина, висновки, перелік літературних джерел)* *II. Створити презентацію за допомогою інфографіки*	Результати виконання студентом індивідуального практичного завдання оцінюється за такою шкалою: Вступ **(2 бали):** формулювання необхідність зазначених знань для формування компетентностей, передбачених цією навчальною дисципліною. Основна частина (**10 балів**), з яких: повнота розкриття питання (2 бали); опрацювання сучасних наукових інформаційних джерел (3 бали); цілісність, систематичність, логічна послідовність викладу (5 бали). Висновки **(3 бали):** уміння формулювати власне ставлення до проблеми, робити аргументовані висновки. Підготовка комп'ютерної	**20**

			презентації, слайд-шоу **(5 балів)** (близько 10 слайдів) . Загальна оцінка визначається як сума балів, отриманих студентом за кожним пунктом. Виконання індивідуального завдання оцінюється 0-20 балів.	
Усього за підсумковий семестровий контроль				**40**

Шкала оцінювання ЗНУ: національна та ECTS

За шкалою ECTS	За шкалою університету	За національною шкалою	
		Екзамен	Залік
A	90 – 100 (відмінно)	5 (відмінно)	Зараховано
B	85 – 89 (дуже добре)	4 (добре)	
C	75 – 84 (добре)		
D	70 – 74 (задовільно)	3 (задовільно)	
E	60 – 69 (достатньо)		
FX	35 – 59 (незадовільно – з можливістю повторного складання)	2 (незадовільно)	Не зараховано
F	1 – 34 (незадовільно – з обов'язковим повторним курсом)		

7. Рекомендована література

Основна

1. Сердюк Л. З., Данилюк І. В., Чиханцова О. А. та ін. (ред. Л. З. Сердюк). Психологічні технології сприяння позитивному психічному здоров'ю в умовах воєнного стану та післявоєнного відновлення : практичний посібник. Київ: Інститут психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, 2024, 168 с.
2. Лазорко О. From Existential Crisis to Flourishing: The Four Noble Truths as an Integrative Framework for Psychological Resilience in Wartime Ukraine. Psychological Prospects Journal, 2025.
3. Титаренко Т. М. Посттравматичне жизнесозидання: способи досягнення психологічного благополуччя. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2020, 160 с.
4. Banit O. Identification the key strategies of resilience of Ukrainian teachers in war conditions based on the BASIC Ph model. 2023.
5. Zaccaro A., Piarulli A., Laurino M., Garbella E., Menicucci D., Neri B., Gemignani A., Mastropasqua F. How breath-control can change your life: A systematic review on psycho-physiological correlates of slow breathing. *Frontiers in Human Neuroscience.* 2020. Vol. 12. P. 353. DOI: https://doi.org/10.3389/fnhum.2018.00353
6. Fumoto T., Sato K., Kuroda S. Effects of conscious connected breathing on cortical brain activity, mood and state of consciousness in healthy adults. *Current Psychology.* 2024. DOI: https://doi.org/10.1007/s12144-023-05119-6

Додаткова

1. Черняк Я. К. Техніки релаксації в реабілітації осіб із скронево-нижньощелепним синдромом. *Public Health & Rehabilitation.* 2024. № 3 (1). С. 45–52.
2. Balban M. Y., et al. Brief structured respiration practices enhance mood and reduce physiological arousal. Cell Reports Medicine. 2023. Vol. 4, Iss. 6. P. 101234. DOI: https://doi.org/10.1016/j.xcrm.2023.101234
3. Blum S., et al. Breathing in virtual reality for promoting mental health: A scoping review. Virtual Reality. 2025. DOI: https://doi.org/10.1007/s10055-024-01096-8
4. Tang R., Oken B. Differential effects of mindfulness meditation and paced breathing on neural oscillations and arousal. *Mindfulness.* 2025. DOI: https://doi.org/10.1007/s12671-025-02660-2
5. Lazorko O. From Existential Crisis to Flourishing: Psychological Resources of Personality

in Conditions of War. *Psychological Prospects Journal*. 2023. URL : https://psychoprospects.vnu.edu.ua
6. Kuzyshyn D. Coping and emotions of global higher education students in the context of the COVID-19 pandemic. 2024. *Тернопільський національний педагогічний університет імені В. Гнатюка*. URL : http://dspace.tnpu.edu.ua
7. Melynchuk T. A resilience approach to students' stress and coping strategies during COVID-19. 2022. *Інститут інформаційних технологій і засобів навчання НАПН України*. URL : http://lib.iitta.gov.ua
8. Рокада / Lobastova. A Pocketbook of Psychological Aid : посібник. Харків : Ранок-Фабула, 2020. 128 с.
9. Gordon J. S. Transforming Trauma / пер. Х. Стшіків : книга. Львів : Літопис, 2023. 256 с.
10. Sapolsky R. M. Why Zebras Don't Get Ulcers / пер. О. Лобастова : книга. Харків : Ранок-Фабула, 2020. 384 с.
11. World Health Organization. Problem Management Plus (PM+): A Textbook for Training : навчальний посібник. Женева : ВООЗ, 2018. 152 с.

12. **Інформаційні ресурси**

1. ARPP – Ресурсоорієнтована модель стресодолання BASIC Ph https://arpp.com.ua/articles/resursooriyentovana-model-stresodolannya-basic-ph/ Ресурсна психологія та психотерапія
2. IMZO – Матеріал для фахівців психологічної служби у системі освіти України https://imzo.gov.ua/2023/02/13/na-dopomohu-fakhivtsiam-psykholohichnoi-sluzhby-u-systemi-osvity-ukrainy/
3. Міністерство охорони здоров'я України – Стаття «Що допомагає нам вистояти в періоди тривалого стресу» https://moz.gov.ua/uk/scho-dopomagae-nam-vistojati-v-periodi-trivalogo-stresu#

8. **Регуляції і політики курсу**

Відвідування усіх занять є обов'язковим.

Відпрацювання пропущених занять здійснюється до завершення курсу.

Політика академічної доброчесності

Наукова комунікація посідає важливе місце у сучасному науковому та освітньому процесі. Важливо, щоб ця комунікація відбувалась на засадах академічної доброчесності, що ґрунтуються на повазі до коллег науковців. Проте, не завжди в академічному середовищі можна спостерігати дотримання вимог академічної етики. Одним із сучасних напрямів боротьби з академічним плагіатом є його виявлення і констатація за допомогою комп'ютерних програм. На сьогоднішній день існує ряд програмних засобів, які допоможуть встановити відсоток унікальності тексту https://ula.org.ua/images/uba_document/programs/academ_integrety/Academ_3_12_red3.pdf

Онлайн-платформи та програми для перевірки тексту на плагіат https://osvita.ua/vnz/76907/

Визнання результатів неформальної освіти

Неформальна освіта – це освіта, яка здобувається, як правило, за освітніми програмами та не передбачає присудження визнаних державою освітніх кваліфікацій за рівнями освіти, але може завершуватися присвоєнням професійних та/або присудженням часткових освітніх кваліфікацій. Види неформальної освіти:

професійні курси/тренінги – це тренінги та або/семінари з підвищення кваліфікації та/або здобуття нових навичок;

громадська освіта – проекти, які направлені на широкі верстви населення, виконувати свою роль як активних громадян, задля формування знань та навичок, необхідних для участі у громадському середовищі та включає в себе неформальні соціальні інституту (громади, бібліотеки, громадські організації, ЗМІ тощо);

онлайн-освіта – це інтернет-курс з інтерактивною участю та відкритим доступом через мережу інтернет як здобувачів, так і спікерів;

професійне навчання/стажування – навчання безпосередньо на робочому місці під керівництвом відповідальної особи після теоретичної підготовки або одночасно з нею з метою практичного оволодіння спеціальністю, адаптації на робочому місці та інше;

мотиваційні лекції – навчання, яке базується на представленні кращих практик та досягнень спікера, дискусіях щодо практичного застосування набутих навичок.

Перезарахування результатів здійснюється на добровільній основі та передбачає підтвердження того, що здобувач вищої освіти досяг результатів навчання, передбачених освітньою програмою, за якою він навчається.

У випадку визнання результатів навчання здобувачу зараховується певна кількість балів відповідно до оцінювання відповідного змістового модуля.

Загальний обсяг балів, що зараховуються здобувачу вищої освіти за підсумками визнання результатів неформального навчання не може перевищувати 25% балів поточного контрольного оцінювання.

Здобувач вищої освіти не може бути звільнений від атестації за підсумками визнання результатів неформального навчання.

Визнання та перезарахування результатів неформального навчання, проводять за заявою здобувача вищої освіти та наявності підтверджуючих документів щодо здобутих знань за програмами неформальної освіти (сертифікатів, кваліфікаційних свідоцтв тощо) на ім’я декана факультету. У випадку подання зазначених вище документів іноземною мовою (як таких, що видані за межами України) заявник подає їх переклад.

Заява повинна містити:

прізвище, ім’я, по батькові;.

опис результатів неформального навчання, щодо визнання яких подається заява;

інформацію про суб’єкт, який здійснював неформальне навчання або з яким пов’язана професійна, громадська або інша діяльність (за наявності), під час якої здобувалися відповідні результати навчання; інформацію про попереднє навчання та досвід діяльності заявника, під час яких здобувалися результати неформального навчання та/або відповідної діяльності (за наявності);

перелік додаткових документів для підтвердження інформації про неформальне навчання (за наявності).

У процесі визнання результатів неформального навчання не підлягають розгляду документи, що підтверджують неформальне навчання та/або професійну, громадську чи іншу діяльність, видані на тимчасово окупованій території України або території держави, визнаної Верховною Радою України державою-агресором або державою-окупантом.

Прийняття рішення про визнання результатів неформального навчання заявника здійснюється комісією випускової кафедри за підсумками оцінювання задекларованих результатів навчання.

Комунікація *викладача* зі студентами здійснюється під час проведення навчальних занять і поточних та екзаменаційних консультацій, а також через засоби: електронна пошта, Moodle, та месенджери у робочі часи. Викладач відповідає відповідно до графіку навчального процесу.

ДОДАТОК ДО СИЛАБУСУ ЗНУ – 2026-2027 рр.

ГРАФІК ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ 2026-2027 н. р. доступний за адресою: https://tinyurl.com/yckze4jd.

АКАДЕМІЧНА ДОБРОЧЕСНІСТЬ. Студенти і викладачі Запорізького національного університету несуть персональну відповідальність за дотримання принципів академічної доброчесності, затверджених **Кодексом академічної доброчесності ЗНУ:** https://tinyurl.com/ya6yk4ad. Декларація академічної доброчесності здобувача вищої освіти (додається в обов'язковому порядку до письмових кваліфікаційних робіт, виконаних здобувачем, та засвідчується особистим підписом): https://tinyurl.com/y6wzzlu3.

НАВЧАЛЬНИЙ ПРОЦЕС ТА ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЯКОСТІ ОСВІТИ. Перевірка набутих студентами знань, навичок та вмінь (атестації, заліки, іспити та інші форми контролю) є невід'ємною складовою системи забезпечення якості освіти і проводиться відповідно до Положення про організацію та методику проведення поточного та підсумкового семестрового контролю навчання студентів ЗНУ: https://tinyurl.com/y9tve4lk.

ПОВТОРНЕ ВИВЧЕННЯ ДИСЦИПЛІН, ВІДРАХУВАННЯ. Наявність академічної заборгованості до 6 навчальних дисциплін (в тому числі проходження практики чи виконання курсової роботи) за результатами однієї екзаменаційної сесії є підставою для надання студенту права на повторне вивчення зазначених навчальних дисциплін. Порядок повторного вивчення визначається Положенням про порядок повторного вивчення навчальних дисциплін та повторного навчання у ЗНУ: https://tinyurl.com/y9pkmmp5. Підстави та процедури відрахування студентів, у тому числі за невиконання навчального плану, регламентуються Положенням про порядок переведення, відрахування та поновлення студентів у ЗНУ: https://tinyurl.com/ycds57la.

НЕФОРМАЛЬНА ОСВІТА. Порядок зарахування результатів навчання, підтверджених сертифікатами, свідоцтвами, іншими документами, здобутими поза основним місцем навчання, регулюється у Положенні ЗНУ Про порядок визнання результатів навчання, здобутих шляхом неформальної та / або інформальної освіти (https://surl.li/gachqj).

ВИРІШЕННЯ КОНФЛІКТІВ. Порядок і процедури врегулювання конфліктів, пов'язаних із корупційними діями, зіткненням інтересів, різними формами дискримінації, сексуальними домаганнями, міжособистісними стосунками та іншими ситуаціями, що можуть виникнути під час навчання, регламентуються Положенням про порядок і процедури вирішення конфліктних ситуацій у ЗНУ: https://tinyurl.com/57wha734. Конфліктні ситуації, що виникають у сфері стипендіального забезпечення здобувачів вищої освіти, вирішуються стипендіальними комісіями факультетів, коледжів та університету в межах їх повноважень, відповідно до: Положення про порядок призначення і виплати академічних стипендій у ЗНУ: https://tinyurl.com/yd6bq6p9; Положення про призначення та виплату соціальних стипендій у ЗНУ: https://tinyurl.com/y9r5dpwh.

ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА. Телефон довіри практичного психолога **Марті Ірини Вадимівни** (061) 228-15-84, (099) 253-78-73 (щоденно з 9 до 21).

УПОВНОВАЖЕНА ОСОБА З ПИТАНЬ ЗАПОБІГАННЯ ТА ВИЯВЛЕННЯ КОРУПЦІЇ Запорізького національного університету: **Банах Віктор Аркадійович**

Електронна адреса: v_banakh@znu.edu.ua

Гаряча лінія: тел. (061) 227-12-76, факс 227-12-88

РІВНІ МОЖЛИВОСТІ ТА ІНКЛЮЗИВНЕ ОСВІТНЄ СЕРЕДОВИЩЕ.

Центральні входи усіх навчальних корпусів ЗНУ обладнані пандусами для забезпечення доступу осіб з інвалідністю та інших маломобільних груп населення. Допомога для здійснення входу у разі потреби надається черговими охоронцями навчальних корпусів. Якщо вам потрібна спеціалізована допомога, будь ласка, зателефонуйте (061) 228-75-11 (начальник охорони). Порядок супроводу (надання допомоги) осіб з інвалідністю та інших маломобільних груп населення у ЗНУ: https://tinyurl.com/ydhcsagx.

РЕСУРСИ ДЛЯ НАВЧАННЯ.

Наукова бібліотека: http://library.znu.edu.ua. Графік роботи абонементів: понеділок-п`ятниця з

08.00 до 16.00; вихідні дні: субота і неділя.

СИСТЕМА ЕЛЕКТРОННОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ НАВЧАННЯ (MOODLE):

https://moodle.znu.edu.ua

Якщо забули пароль/логін, направте листа з темою «Забув пароль/логін» за адресою: moodle.znu@znu.edu.ua.

У листі вкажіть: прізвище, ім'я, по-батькові українською мовою; шифр групи; електронну адресу. Якщо ви вказували електронну адресу в профілі системи Moodle ЗНУ, то використовуйте посилання для відновлення паролю https://moodle.znu.edu.ua/mod/page/view.php?id=133015.

ЦЕНТР ІНТЕНСИВНОГО ВИВЧЕННЯ ІНОЗЕМНИХ МОВ:

http://sites.znu.edu.ua/child- advance/

ЦЕНТР НІМЕЦЬКОЇ МОВИ, ПАРТНЕР ГЕТЕ-ІНСТИТУТУ:

https://www.znu.edu.ua/ukr/edu/ocznu/nim

ШКОЛА КОНФУЦІЯ (ВИВЧЕННЯ КИТАЙСЬКОЇ МОВИ):

http://sites.znu.edu.ua/confucius