



ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ, ЗДОРОВ'Я ТА ТУРИЗМУ
КАФЕДРА ТЕОРІЇ ТА МЕТОДИКИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

ЗАТВЕРДЖУЮ

Декан факультету фізичного виховання,
здоров'я та туризму

_____ М.В. Маліков

«_____» _____ 2024

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'Я НА ОСНОВІ

ЕТНІЧНИХ ТРАДИЦІЙ

підготовки _____ магістрів _____
денної та заочної форм здобуття освіти

освітньо-професійна програма _____ Фізичне виховання _____

спеціальності _____ A7 Фізична культура і спорт _____

галузі знань _____ A Освіта _____

ВИКЛАДАЧІ: Приюта О.Л., к.пед.н., доцент кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту
Товстоп'ятко Ф.Ф., к.філософ.н., 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 "28" серпня 2024 р.
Завідувач кафедри теорії та методики
фізичної культури і спорту

Погоджено
Гарант освітньо-професійної програми
_____ В.О. Тищенко

_____ А.П. Конох



Зв'язок з викладачем (викладачами):

E-mail: *Prytla1970@ukr.net , tovstopatkofedor@gmail.com*

Телефон: *(061) 228-75-53*

Інші засоби зв'язку: *Viber, Telegram*

Кафедра: *теорії та методики фізичної культури і спорту (4 корпус ЗНУ, ауд. 303)*

1. Опис навчальної дисципліни

Метою вивчення навчальної дисципліни «Формування здоров'я на основі етнічних традицій» є набуття здобувачами освіти теоретичних знань, формування у них цілісного уявлення про етнічні традиції, календарно-обрядові кола як складових здорового способу життя. Основними завданнями вивчення дисципліни «Формування здоров'я на основі етнічних традицій» є:

- ознайомити з методами наукового пізнання в плані визначення понять «етнічні традиції», «здоров'я», «звичай»
- сформуванню у студентів цілісне уявлення про етнічні традиції та їх вплив на формування здорового способу життя;
- ознайомити із звичаєм, святами календарного циклу, котрі відображають глибинний світогляд українського народу;
- сформуванню у здобувачів вищої освіти систему фундаментальних концептуальних основ етнічних традицій на яких базується цілісна система здоров'я на основі національно-етнічних традицій.

Курс «Формування здоров'я на основі етнічних традицій» є важливим для розуміння еволюції фізичної культури, що дає змогу краще орієнтуватися в сучасних тенденціях і підходах до фізичного виховання. Він сприяє формуванню системного мислення у майбутніх фахівців, дозволяючи їм бачити зв'язок між історичними подіями та сучасною практикою. Досліджує розвиток фізичної культури та спорту від давніх часів до сучасності, охоплюючи ключові історичні події, етапи розвитку фізичної культури, а також вплив різних культур і суспільств на формування сучасних підходів до фізичного виховання.

Курс відповідає вимогам ринку праці, що потребує фахівців із глибоким розумінням історичних передумов розвитку фізичної культури. Знання історії дозволяє адаптувати традиційні методи до сучасних потреб, що є цінним для роботи у сфері фізичного виховання та спорту. Без знання історії фізичної культури неможливо повноцінно зрозуміти і впроваджувати сучасні методики фізичного виховання. Це знання забезпечує контекст для аналізу та застосування найкращих практик минулого, дозволяючи уникати помилок і адаптувати перевірені часом методи до нових умов.

Курс «Формування здоров'я на основі етнічних традицій» є обов'язковим компонентом освітньої програми та входить до циклу загальної підготовки. Дисципліна забезпечує студентів історичними знаннями, що є основою для розуміння сучасних тенденцій і методик у фізичному вихованні. Вона сприяє формуванню критичного мислення, умінню аналізувати та порівнювати історичні і сучасні підходи.

Навчання за курсом «Формування здоров'я на основі етнічних традицій» не передбачає використання спеціальних інструментів, обладнання або програмного забезпечення. Проте, можуть бути використані мультимедійні ресурси та історичні документи для глибшого розуміння матеріалу.



2. Паспорт навчальної дисципліни

Нормативні показники	денна форма здобуття освіти	заочна форма здобуття освіти
Статус дисципліни	Обов'язкова	
Семестр	2-й	2-й
Кількість кредитів ECTS	4	
Кількість годин	120	
Лекційні заняття	12 год.	4 год.
Практичні заняття	24 год.	-
Лабораторні заняття	-	12 год.
Самостійна робота	84 год.	-
Індивідуальне завдання	-	4 год.
Консультації	<p><i>Розклад проведення консультацій:</i> https://www.znu.edu.ua/ukr/university/departments/fizvosp/navchal_nij_protse Один раз на тиждень, 2 години за розкладом особисто, дистанційно за попереднім погодженням.</p>	
Вид підсумкового семестрового контролю:	іспит	
Посилання на електронний курс у СЕЗН ЗНУ (платформа Moodle)	https://moodle.znu.edu.ua/course/view.php?id=15516	



3. Методи досягнення запланованих освітньою програмою компетентностей і результатів навчання

Результати навчання та компетентності	Методи навчання / форми і методи оцінювання
<p>Результати навчання: ПРН1: Здійснювати аналіз суспільних процесів у сфері фізичної культури і спорту, демонструвати власне бачення шляхів розв'язання існуючих проблем. ПРН15: Знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію процесу навчання і виховання людини.</p> <p>Компетентності: ЗК3: Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і примножувати досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій. ФК8: Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми.</p>	<p><i>Методи навчання:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - метод кейсів (аналіз історичних ситуацій, визначення проблем, пошук шляхів їх вирішення); - дискусії та дебати (обговорення історичних і сучасних процесів у фізичній культурі та спорті, їх впливу на суспільство; обговорення підходів до навчання і виховання у фізичній культурі у різні історичні періоди); - метод проектів (створення проектів на тему історії фізичної культури і спорту, які включають аналіз соціальних і особистісно значущих питань); - мультимедійні презентації (використання відео, документальних фільмів та інших ресурсів для ілюстрації історичних аспектів); - інтерактивні лекції (подання матеріалу у форматі, що включає активну участь студентів через запитання, рефлексію, короткі дискусії). <p><i>Форми і методи оцінювання:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - письмові роботи; - презентації та захист проектів; - тестування. <p><i>Контрольні заходи:</i> теоретичне тестування та практичні завдання за змістовим модулем.</p>

4. Зміст навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. Теорія здоров'я і здорового способу життя як навчальна і-наукова дисципліна.

“Формування здоров'я на основі етнічних традицій” як навчальна і наукова дисципліна. Основні терміни і поняття дисципліни та еволюція їх розвитку. Періодизація та джерела вивчення історії фізичної культури.

Проблема зміцнення здоров'я населення, зокрема і підростаючого покоління у сучасних економічних і екологічних умовах стає першорядною. Останнє десятиліття відзначається значним погіршенням стану здоров'я молоді як в усьому світі, так і в нашій країні. Державна політика, яка є системою формування пріоритетів та заходів, спрямована на створення умов та можливостей для успішної соціалізації та ефективної самореалізації молоді, зокрема в Законі України «Про вищу освіту» задекларовано, що одним з основних завдань закладу вищої освіти є утвердження в учасників освітнього процесу здорового способу життя, вміння вільно мислити та самоорганізовуватися в сучасних умовах тощо.

В сучасному світі досить актуальною є проблема збереження здорового способу життя та активного довголіття, оскільки здоров'я є основою життєдіяльності людини, дозволяючи їй успішно долати проблеми та вирішувати необхідні завдання. Так дана проблема - збереження здоров'я населення розглядалась на Конференції ООН з навколишнього середовища та розвитку (ЮНСЕД), також відома як «Саміт Землі», яка відбулася в Ріо-де-Жанейро в 1992 році. Документом першорядної важливості стала Декларація з навколишнього середовища та розвитку, в якій було проголошено зобов'язання держав за основними принципами досягнення нашою цивілізацією сталого розвитку та безпечного майбутнього. Ще одним важливим документом, затвердженим на Конференції, став «Порядок денний на 21 століття» - програма дій, спрямованих на реалізацію урядами концепції глобального сталого розвитку. Головний акцент був зроблений на здоров'я людини та демографічні



питання. Відповідальність за успішне здійснення цієї програми покладалася на уряди, а міжнародне співробітництво має сприяти таким національним зусиллям та доповнювати їх.

Одним із визначених принципів прописаних в документах став принцип турботи про людей, що займає центральне місце в зусиллях із забезпечення сталого розвитку. Зауважено, що вони мають право на здорове та плідне життя в гармонії з природою. Окремою позицією в «Порядку денному на 21 століття» є охорона та зміцнення здоров'я людини, в якому наголошується що особливий акцент слід робити на програми профілактики здоров'я людини, а не покладатися виключно на лікувальні та терапевтичні методи.

Основні цілі загальної стратегії щодо забезпечення здоров'я для всіх полягають у: сприяттві санітарній освіті у закладах освіти, обміну інформацією та наданню допомоги при підготовці кадрів; розробці спеціальних програм санітарної освіти у співпраці з сектором освіти; забезпеченні санітарно-гігієнічної освіти; інформуванні громадськості та санітарній освіті тощо.

Основними напрямками діяльності щодо пропаганди здорового способу життя визначені: формування позитивної мотивації щодо здорового способу життя культури здоров'я; знайомство здобувачів з основами здорового стилю життя, формування свого стилю здорового життя, здійснення профілактичної роботи за негативними проявами; формування теоретичних та практичних навичок здорового способу життя, формування творчої особистості здібної до саморозвитку, самоосвіти і самоактуалізації молоді. Навчання здоровому способу життя покликане бути системним і сприяти гармонійному розвитку психофізичних здібностей молоді. Таким чином, формування мотивації здорового способу життя, підготовка фізично здорових фахівців, здатних довго зберігати працездатність та творчу активність є стратегічними завданнями даного курсу. Метою курсу є розгляд питань здорового способу життя, визначення його зв'язку із заняттями фізичною культурою та спортом й ознайомлення з основними нетрадиційними засобами оздоровлення організму.

Змістовий модуль 2. Проблема збереження й зміцнення здоров'я населення.

Проблема збереження й зміцнення здоров'я населення за всіх часів була однією із ключових у суспільстві. Здоров'я нації – це показник цивілізованості держави, що відображає рівень її соціально-економічного розвитку, головний критерій доцільності та ефективності всіх сфер діяльності людини. Наразі в Україні тенденція погіршення здоров'я населення набула загрозливого рівня. Це зумовлено збідненням значної частини населення, погіршенням екологічної ситуації, розповсюдженням здоров'яруйнівних стереотипів поведінки, зниженням доступності до якісних медичних послуг тощо.

Здоров'я як одна з фундаментальних категорій людського буття є найважливішим пріоритетом усіх розвинених країн світу, а ставлення до здоров'я, усвідомлення його цінності вважається одним з елементів національної культури, критерієм благополуччя суспільства. Упродовж останніх десятиліть унаслідок згубної діяльності людини як щодо природи, так і щодо себе, проблема здоров'я особливо загострилася. Рівень здоров'я, його збереження і поліпшення є медико-соціальною проблемою, яка потребує оптимального вирішення залежно від тих чи інших умов сьогодення, при зміні яких виникає необхідність вдосконалення організації та управління системою заходів з досягнення мети.

Стан здоров'я народу України, зумовлений суспільними явищами на межі століть, супроводжується високою смертністю, особливо серед осіб працездатного віку, значними параметрами інвалідизації та захворюваності і зменшенням середньої тривалості життя, яка менша у середньому на 10 років порівняно з іншими країнами Євросоюзу, а середня тривалість здорового життя чоловіків досягає лише 55 років. Прогнозування основних показників оцінки здоров'я до 2025 р. свідчить про складність цього процесу в Україні та необхідність комплексного адекватного впливу на державному та регіональному рівнях. Найбільшу проблему становлять хвороби системи кровообігу, смертність від яких перевищує середньоєвропейський показник в 2, а окремих країн – в 3,5 рази. У структурі смертності від хвороб системи кровообігу провідними є ішемічна хвороба серця (66,6%) та цереброваскулярна патологія (21,5%).

Поточний прогностичний аналіз і математичне моделювання на більш віддалений період, які ґрунтуються на показниках довкілля, якості харчування, питної води, демографічних даних і тенденціях сучасного розвитку, а також на соціально-економічному становищі в країні, не дозволяють сподіватися на краще, якщо не вживати науково обґрунтованих заходів, не забезпечувати їх



відповідним фінансуванням і не надавати належної державної підтримки.

Основні напрямки діяльності галузі визначені у Державній програмі «Здоров'я нації», затвердженій Указом Президента України. Одним з механізмів її реалізації є застосування принципу адаптації існуючої системи до нових вимог з пріоритетним наданням первинної медико-санітарної допомоги, в тому числі особам з хворобами системи кровообігу.

5. Теми лекційних занять

№ змістового модуля	Назва теми	Кількість годин		Згідно з розкладом
		о/д.ф.	з.ф.	
1	Теоретико-методологічні основи загальної теорії здоров'я: - теорія здоров'я і здорового способу життя як навчальна і-наукова дисципліна.	2		<i>щотижня</i>
	- людина і її здоров'я з позицій системного підходу.	2		
	- складова здоров'я, принципи їх формування, види порушень, шляхи покращення.	2		
2	Звичай і традиції, як світогляд предків, їхнє ставлення до природи і самого себе: - Календарно-обрядові кола як традиції здорового способу життя	2		<i>щотижня</i>
	- Структура і характеристика етнічних традицій формування здоров'я.	2		
	- Народні ігри, гартування і вишколи як засоби формуванні здоров'я	2		
Разом		12		

6. Теми практичних занять

№ змістового модуля	Назва теми	Кількість годин		Згідно з розкладом
		о/д.ф.	з.ф.	
- 1	Теоретико-методологічні основи загальної теорії здоров'я	2		<i>раз на два тижні</i>
	Теорія здоров'я і здорового способу життя як навчальна дисципліна.	2		
	Людина і її здоров'я з позицій системного підходу.	4		
	Складова здоров'я, принципи їх формування, види порушень, шляхи покращення.	4		
2	Звичай і традиції, як світогляд предків, їхнє ставлення до природи і самого себе	2		<i>раз на два тижні</i>
	Календарно-обрядові кола як традиції здорового способу життя	2		



Структура і характеристика етнічних традицій формування здоров'я.	4		
Народні ігри, гартування і вишколи як засоби формуванні здоров'я	4		
Разом	24		

7. Самостійна робота

№ змістового модуля	Питання для самостійного опрацювання	Кількість годин	
		о/д.ф.	з.ф.
1	Теоретико-методологічні основи загальної теорії здоров'я	15	
	Складова здоров'я, принципи їх формування, види порушень, шляхи покращення.	12	
	Звичай і традиції, як світогляд предків, їхнє ставлення до природи і самого себе	12	
2	Календарно-обрядові кола як традиції здорового способу життя	12	
	Структура і характеристика етнічних традицій формування здоров'я.	23	
	Народні ігри, гартування і вишколи як засоби формуванні здоров'я	10	
		84	

8. Види і зміст поточних контрольних заходів

Мінімальна кількість балів, яку необхідно набрати здобувачу для допуску до підсумкового контролю складає 35 балів

№ змістового модуля	Вид поточного контрольного заходу	Зміст поточного контрольного заходу	Критерії оцінювання та термін виконання	Усього балів
1	теоретичні види: тестування	Питання з відкритою відповіддю 1. ·Що таке загальна теорія здоров'я і яке її місце в системі наукового знання? 2. Які основні поняття і категорії використовуються в загальній теорії здоров'я? 3. Які існують підходи до визначення здоров'я? 4. · Які біологічні, соціальні і психологічні фактори впливають на здоров'я людини? 5. · Яка роль генетики в формуванні здоров'я? 6. · Який вплив середовища на здоров'я людини?	4 бали – повна та ґрунтовна відповідь на всі питання: – відповідь повністю розкривають суть питання, демонструє глибоке розуміння матеріалу; – використані коректні терміни, поняття, факти та приклади. – логічна структура та чіткість викладення, відсутність помилок. 3 бали – достатньо повна відповідь на всі питання: – відповідь загалом розкриває суть питання, проте є незначні неточності або відсутні окремі деталі; – використані основні поняття та терміни, але можуть бути дрібні помилки або неточності; – логіка викладення збережена, стиль викладу зрозумілий. 2 бали – часткова відповідь: – відповідь розкриває лише частину питання; – є суттєві прогалини в розкритті теми, важливі поняття або приклади не використані;	4



		<ul style="list-style-type: none"> – логіка викладення порушена, можуть бути значні помилки. 1 бал – неповна або неправильна відповідь: – відповідь майже не розкриває суть питання, містить значні помилки; – відсутність логічної структури, некоректне використання термінів. 	
Термін виконання: протягом модуля			
практичні завдання	1. Визначення здоров'я Завдання: Порівняйте два різні визначення здоров'я (наприклад, ВООЗ та біомедичне). Які їхні переваги та недоліки?	<p>Повнота визначення цілей походу (оздоровчі, навчальні, рекреаційні) – 3 бали</p> <ul style="list-style-type: none"> – 2 бали – усі цілі визначені чітко та логічно, із детальними поясненнями – 1 бал – визначені не всі цілі або вони описані недостатньо чітко. <p>Якість оформлення презентації (дизайн, структурованість, логічність викладу матеріалу) – 1 бал</p> <ul style="list-style-type: none"> – 1 бал – презентація має чітку структуру, якісне оформлення 	4
	1. Визначення азимуту на місцевості (практичний метод). Завдання: практичне заняття на місцевості, відпрацювання техніки визначення азимуту за допомогою компаса.	<p>Точність визначення азимуту за допомогою компаса – 3 бали</p> <ul style="list-style-type: none"> – 2 бали – азимут визначено правильно без помилок – 1 бал – допущено незначні помилки, які не впливають суттєво на результат. 	3
	2. Сформулюйте власне бачення здоров'я, спираючись на вивчені теоретичні підходи. Завдання: Проведіть опитування серед знайомих щодо їхнього уявлення про здоров'я та фактори, які на нього впливають.	<p>Правильність техніки подолання перешкод – 3/2 бали</p> <ul style="list-style-type: none"> – 2 бали – техніка виконана правильно, безпечно, із застосуванням спорядження відповідно до інструкцій – 1 бал – допущено незначні помилки у техніці подолання перешкод. <p>Командна робота (у разі групового завдання) – 1 бал</p> <ul style="list-style-type: none"> – 1 бал – ефективна взаємодія в групі, рівномірний розподіл обов'язків. 	3
Термін виконання: протягом модуля			
комплексні: самостійна робота	1. Звичай і традиції, як світогляд предків, їхнє ставлення до природи і самого себе. Реконструкція традиційного свята: Сплануйте і проведіть невелике свято, відтворюючи його обряди, пісні, страви.	<p>Аналіз проблемної ситуації – 2 бали</p> <ul style="list-style-type: none"> – 2 бали – усі можливі проблеми чітко визначені, описані з поясненням – 1 бал – основні проблеми визначені, але аналіз поверхневий. <p>Якість та обґрунтованість рекомендацій – 2 бали</p> <ul style="list-style-type: none"> – 2 бали – рекомендації обґрунтовані, повністю відповідають ситуації – 1 бал – рекомендації частково обґрунтовані або недостатньо повні. <p>Форма подання результатів – 1 бал</p> <p>1 бал – відповідь подана у зрозумілому вигляді, структура логічна.</p>	6
	2. Вибір конкретної культури або регіону: Зосередьтеся на певній культурній спільноті (наприклад, українці, японці, індіанці) або географічному регіоні. Зробіть порівняльний аналіз: Порівняйте обрану культуру з іншими. Які спільні риси і	<p>Повнота дослідження кикретної культури – 2 бали</p> <ul style="list-style-type: none"> – 2 бали – інформація подана детально, охоплені всі ключові етапи розвитку туризму – 1 бал – подано основні етапи, проте є незначні пропуски. <p>Логічність та структурованість</p>	5



		відмінності ви помітили?	<p>хронологічної таблиці – 2 бали</p> <ul style="list-style-type: none"> – 2 бали – таблиця складена чітко, логічно, події впорядковані за хронологією – 1 бал – таблиця складена, але є незначні порушення логіки. <p>Достовірність і правильність використаних джерел – 2 бали</p> <ul style="list-style-type: none"> – 2 бали – використані надійні джерела, інформація достовірна 1 бал – джерела використані частково або є сумнівні джерела 	
		3. Звичай і традиції, як світогляд предків. Створити календар свят, пов'язаних з природними циклами	<p>Реалістичність змодельованої ситуації – 2 бали</p> <ul style="list-style-type: none"> – 2 бали – ситуація реалістична, відповідає реальним умовам туристських походів – 1 бал – ситуація описана частково або недостатньо реалістично. <p>Якість запропонованих стратегій розв'язання конфлікту – 2 бали</p> <ul style="list-style-type: none"> – 2 бали – запропоновані стратегії є дієвими, обґрунтованими та повними – 2 бал – стратегії запропоновані, але є недоліки в обґрунтуванні або дієвості. <p>Відповідність запропонованих дій соціально-психологічним аспектам – 1 бал</p>	5
		Термін виконання: протягом модуля		
				30
2	теоретичні види: тести	<p>Питання з відкритою відповіддю</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. · Які, на вашу думку, найважливіші переваги народних ігор перед сучасними спортивними іграми? 2. · Як традиційні методи гартування можуть зміцнити імунітет дитини? 3. · Які риси характеру формувалися у дітей завдяки участі в народних іграх? 4. · Як ви вважаєте, чи можна поєднати традиційні методи фізичного виховання з сучасними тренуваннями? 5. · Які перешкоди можуть виникнути при впровадженні народних ігор у сучасну систему фізичного виховання? 6. · Як змінилися уявлення про здоров'я і фізичну культуру з часом? 	<p>4 бали – повна та ґрунтовна відповідь на всі питання:</p> <ul style="list-style-type: none"> – відповідь повністю розкривають суть питання, демонструє глибоке розуміння матеріалу; – використані коректні терміни, поняття, факти та приклади. – логічна структура та чіткість викладення, відсутність помилок. <p>3 бали – достатньо повна відповідь на всі питання:</p> <ul style="list-style-type: none"> – відповідь загалом розкриває суть питання, проте є незначні неточності або відсутні окремі деталі; – використані основні поняття та терміни, але можуть бути дрібні помилки або неточності; – логіка викладення збережена, стиль викладу зрозумілий. <p>2 бали – часткова відповідь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – відповідь розкриває лише частину питання; – є суттєві прогалини в розкритті теми, важливі поняття або приклади не використані; – логіка викладення порушена, можуть бути значні помилки. <p>1 бал – неповна або неправильна відповідь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – відповідь майже не розкриває суть питання, містить значні помилки; – відсутність логічної структури, некоректне використання термінів. 	4



		Термін виконання: протягом модуля	
практичні завдання	1. Народні ігри як засоби формуванні здоров'я Завдання: Проведіть опитування серед людей старшого покоління щодо народних ігор, які вони пам'ятають з дитинства. Складіть детальний опис цих ігор, включаючи правила, кількість учасників та фізичну активність.	Повнота опитування – 1 бал – 1 бал – аптечка укомплектована відповідно до вимог, враховані основні ризики походу Аргументація вибору медикаментів та засобів – 1 бал – 1 бал – наведена логічна аргументація щодо вибору кожного елемента аптечки.	2
	2. Гартування як засоби формуванні здоров'я. Завдання: зберіть інформацію про традиційні методи гартування в різних регіонах України (лазня, купання в ополонці, ходіння босоніж тощо).	Повнота та логічність списку – 1 бал – 1 бал – складено повний і логічний список . Точність підрахунку добової калорійності – 1 бал – 1 бал – підрахунок калорійності виконано правильно, враховані норми споживання	2
	3. Народні ігри як засоби формуванні здоров'я Завдання: розробіть програму фізкультурних занять для дітей дошкільного віку, засновану на народних іграх.	Розробка ефективних стратегій подолання екстремальних ситуацій – 2 бали – 2 бали – стратегії чіткі, логічні, з врахуванням можливих ризиків – 1 бал – стратегії подані, але не враховують усіх можливих ризиків. Обґрунтування рішень у змодельованих ситуаціях – 1 бал – 1 бал – наведене логічне обґрунтування прийнятих рішень.	3
	4. Вишколи як засоби формуванні здоров'я. Завдання: Дослідіть, які вишколи використовувалися для підготовки молоді до дорослого життя в різних культурах (наприклад, ритуальні танці, змагання з силою).	Організація та проведення вишколів – 2 бали – 2 бали – естафета організована чітко, з дотриманням правил безпеки та логікою етапів – 1 бал – організація естафети частково відповідає вимогам. Використання елементів фізичної культури та туризму – 1 бал – 1 бал – елементи фізичної культури та туризму інтегровані повноцінно.	3
		Термін виконання: протягом модуля	
комплексні: самостійна робота	1. Визначення ключових понять: народні ігри, гартування, вишколи, здоров'я. Проаналізувати еволюцію народних ігор, гартування та вишколів від давніх часів до сучасності.	Змістовність та повнота аналітичних даних – 3 бали Якість мультимедійної презентації – 3 бали – 2 бали – презентація структурована, містить логічні розділи – 1 бал – не використані ілюстрації та таблиці для кращого розуміння матеріалу.	6
	2. Проаналізувати, які народні ігри були популярні в різних регіонах України та інших країн. Розробити пропозиції щодо використання народних ігор, гартування та вишколів у сучасних умовах.	Структура пропозиції – 2 бали – 2 бали – чітко визначені цілі та завдання заняття – 1 бал – не виділені основні етапи уроку (вступна, основна, підсумкова частини). Якість розробки практичних вправ – 2 бали) – 2 бали – вправи спрямовані на розвиток стресостійкості (дихальні вправи, методи саморегуляції) – 1 бал – не описані методи проведення вправ та їх тривалість.	5



			Інтеграція матеріалу з різних дисциплін – 1 бал – є посилання на знання з фізичної культури та основ безпеки життєдіяльності.	
		3. Організувати майстер-клас з народних ігор для дітей або дорослих. Сформулювати рекомендації щодо впровадження традиційних методів здоров'я в сучасну систему фізичного виховання та оздоровлення.	Реалістичність змодельованої ситуації – 2 бали – 2 бали – ситуація реалістична, відповідає реальним умовам туристських походів – 1 бал – ситуація описана частково або недостатньо реалістично. Якість запропонованих стратегій розв'язання конфлікту – 2 бали – 2 бали – запропоновані стратегії є дієвими, обґрунтованими та повними – 2 бал – стратегії запропоновані, але є недоліки в обґрунтуванні або дієвості. – Відповідність запропонованих дій соціально-психологічним аспектам – 1 бал.	5
		Термін виконання: протягом модуля		
				30
Усього за змістові модулі	теоретичні види: тести = 8			60
	практичні: = 7			
	комплексні: самостійна робота = 6			

*Критерії оцінювання зазначені у розділі «Система накопичення балів»:
https://moodle.znu.edu.ua/pluginfile.php/842080/mod_resource/content/1/%D0%A1%D0%98%D0%A1%D0%A2%D0%95%D0%9C%D0%90%D0%9D%D0%90%D0%9A%D0%9E%D0%9F%D0%98%D0%A7%D0%95%D0%9D%D0%9D%D0%AF%20%D0%91%D0%90%D0%9B%D0%86%D0%92.pdf

9. Підсумковий семестровий контроль

Форма	Види підсумкових контрольних заходів	Зміст підсумкового контрольного заходу	Критерії оцінювання	Усього балів
1	2	3	4	5
Екзамен	Теоретичне завдання	Перелік питань до іспиту 1. Що таке етнічні традиції здоров'я і яке їхнє місце в сучасній системі охорони здоров'я? 2. Які основні компоненти здоров'я виділяють в різних етнічних культурах? 3. Які історичні фактори вплинули на формування традиційних методів збереження здоров'я? 4. Порівняйте підходи до здоров'я в різних етнічних групах (наприклад, українців, козаків, японців). 5. Які філософські основи лежать в основі традиційних уявлень про здоров'я? 6. Яку роль відігравали релігійні вірування у формуванні систем здоров'я в різних культурах? 7. Опишіть основні принципи традиційної української медицини. 8. Які рослини та продукти використовувалися в народній медицині для лікування різних захворювань?	1. Повнота та правильність відповіді – 12 балів Повне розкриття питання (8 балів): – відповідь охоплює всі ключові аспекти питання – відповідь є логічною, послідовною та ґрунтовною. Точність використаних понять та термінів (4 бали): – використані коректні терміни, поняття та визначення – є посилання на відповідні нормативні або методичні документи (де це необхідно). 2. Глибина аналізу та критичне мислення – 4 бали Аналіз і пояснення (2 бали): – відповідь містить обґрунтування запропонованих рішень або дій	20



		<p>9. Які фізичні вправи та процедури були характерні для традиційного способу життя?</p> <p>10. Яку роль відігравала лазня в системі здоров'я наших предків?</p> <p>11. Опишіть традиційні методи загартовування.</p> <p>12. Які харчові звички сприяли здоров'ю в різних культурах?</p> <p>13. Які психологічні практики використовувалися для збереження душевного здоров'я?</p> <p>14. Які сучасні дослідження підтверджують ефективність традиційних методів здоров'я?</p> <p>15. Як поєднати традиційну медицину з сучасною?</p> <p>16. Які переваги та недоліки традиційних методів лікування?</p> <p>17. Які етичні аспекти пов'язані з використанням традиційних методів?</p> <p>18. Як можна популяризувати традиційні знання про здоров'я серед молодого покоління?</p> <p>19. Які бар'єри перешкоджають широкому використанню традиційних методів?</p> <p>20. Розробіть програму загартовування на основі традиційних методів.</p> <p>21. Складіть меню здорового харчування, засноване на принципах традиційної кухні.</p> <p>22. Опишіть комплекс фізичних вправ, натхненний традиційними танцями або іграми.</p> <p>23. Розробіть програму оздоровлення для людей похилого віку, використовуючи елементи традиційної медицини.</p> <p>24. Як можна використовувати знання про традиційну медицину для профілактики захворювань?</p> <p>25. Який вплив мала екологічна обстановка на формування традиційних методів здоров'я?</p> <p>26. Як змінилися уявлення про здоров'я з розвитком цивілізації?</p> <p>27. Яку роль відігравала сім'я в передачі знань про здоров'я з покоління в покоління?</p> <p>28. Як традиційні уявлення про здоров'я впливають на сучасну культуру?</p> <p>29. Які культурні особливості впливають на сприйняття традиційних методів здоров'я?</p> <p>30. Як змінюється роль традиційної медицини в умовах глобалізації?</p> <p>31. Які нові загрози для здоров'я виникають в сучасному світі і як з ними боротися за допомогою традиційних методів?</p> <p>32. Які законодавчі та соціальні перешкоди існують для розвитку традиційної медицини?</p> <p>33. Як можна інтегрувати традиційні знання про здоров'я в систему освіти?</p> <p>34. Які перспективи розвитку традиційної</p>	<p>– вказано можливі наслідки або альтернативні підходи до вирішення проблеми.</p> <p>Критичне мислення (2 бали):</p> <p>– відповідь містить власні міркування щодо розглянутого питання</p> <p>– наведені приклади з практичного досвіду або уявні ситуації.</p> <p>3. Чіткість та структурованість відповіді – 2 бали</p> <p>Наявність логічної структури (1 бал):</p> <p>– відповідь має вступ, основну частину та висновок.</p> <p>Послідовність викладення матеріалу (1 бал):</p> <p>– питання викладено зрозуміло, без зайвих повторів та плутанини.</p> <p>4. Представлення відповіді – 2 бали</p> <p>Акуратність викладення (1 бал):</p> <p>– відповідь викладена чітко, без граматичних і стилістичних помилок.</p> <p>Дотримання регламенту (1 бал):</p> <p>– відповідь надана у встановлений час, без перевищення обсягу.</p>	
--	--	--	--	--



		<p>медицини в Україні? 35. Порівняйте традиційні українські уявлення про здоров'я з уявленнями інших народів. 36. Які риси характеру формувалися завдяки традиційним методам виховання? 37. Як традиційні знання про здоров'я можуть допомогти в подоланні стресу і покращенні якості життя? 38. Яку роль відіграють народні прикмети і повір'я в системі здоров'я? 39. Як можна використовувати традиційні знання про здоров'я для створення нових продуктів і послуг? 40. Які етичні дилеми виникають при використанні традиційних методів лікування?</p>		
	<p>Практичне завдання</p>	<p>Підготувати доповідь на одну із обраних тем:</p> <ol style="list-style-type: none"> Українські традиції здоров'я: Козацьке гартування, народна медицина, обряди та звичаї, пов'язані зі здоров'ям. Японське мистецтво здоров'я: Ікебана як терапія, принципи харчування в японській культурі, традиційні фізичні практики (айкідо, йога). Аюрведа: індуїстська система оздоровлення: Основні принципи, дієта, аюрведичні масажі, трави та спеції. Традиційна китайська медицина: Акупунктура, фітотерапія, тайцзицюань, цигун. Шаманські практики: Роль шаманів у збереженні здоров'я, використання рослинних препаратів і ритуалів. Харчування за народними календарями: Сезонні продукти, пісні страви, обрядова їжа. Традиційні лазні світу: Російська лазня, фінська сауна, турецький хамам, їхній вплив на здоров'я. Лікувальні властивості рослин в народній медицині: Трави, коріння, ягоди та їхнє застосування. Традиційні фізичні вправи: Йога, тайцзицюань, народні танці та їхній вплив на здоров'я. Роль сну в різних культурах: Ритуали перед сном, сонники, значення снів. Теми, пов'язані з сучасними аспектами: Інтеграція традиційної медицини в сучасну: Поєднання народних методів з науковою медициною. Традиції здоров'я в сучасній родині: Передача знань від покоління до покоління. Екосела та громади, що дотримуються традиційних принципів здоров'я. Традиційні знання про здоров'я в контексті сталого розвитку. Роль культури в формуванні здорового способу життя. 	<ol style="list-style-type: none"> Змістовність доповіді – 8 балів Повнота розкриття теми (5 балів): <ul style="list-style-type: none"> доповідь охоплює всі ключові аспекти обраної теми включені актуальні дані, приклади та статистика. Логічність викладу (3 бали): <ul style="list-style-type: none"> матеріал викладений послідовно, з логічними переходами між розділами висновки базуються на представлених даних. Структура доповіді – 4 бали Наявність чіткої структури (2 бали): <ul style="list-style-type: none"> доповідь має вступ, основну частину та висновки кожна частина чітко визначена та логічно пов'язана з іншими. Оформлення та візуальна підтримка (2 бали): <ul style="list-style-type: none"> використані схеми, таблиці, ілюстрації або слайди (у разі мультимедійної презентації) оформлення відповідає вимогам (заголовки, списки, шрифти тощо). Ораторська майстерність – 4 бали Чіткість і зрозумілість викладу матеріалу (2 бали): <ul style="list-style-type: none"> доповідь подається впевнено, без зайвих пауз і повторів використовується зрозуміла мова, без надмірної складності. Уміння зацікавити аудиторію (2 бали) <ul style="list-style-type: none"> оратор використовує приклади, питання до аудиторії або цікаві факти для підтримання уваги застосовуються невербальні засоби комунікації (жести, міміка, контакт із аудиторією). Робота з джерелами – 2 бали 	<p>20</p>

ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Силабус навчальної дисципліни



	<p>17. Теми, що вимагають порівняльного аналізу:</p> <p>18. Порівняння традиційних систем здоров'я різних народів.</p> <p>19. Схожість і відмінності між народною медициною та сучасною фармакологією.</p> <p>20. Вплив урбанізації на традиційні практики здоров'я.</p> <p>21. Традиційні знання про здоров'я в контексті сучасних епідемій (COVID-19).</p> <p>22. Роль традиційних знань у профілактиці захворювань.</p>	<p>Використання достовірних джерел інформації (1 бал)</p> <ul style="list-style-type: none"> – використані джерела наукової літератури, статті або інші авторитетні матеріали. <p>Посилання на джерела (1 бал):</p> <ul style="list-style-type: none"> – у тексті доповіді та/або на слайдах є посилання на джерела. <p>5. Відповіді на запитання – 2 бали</p> <p>Компетентність у відповідях (2 бали):</p> <ul style="list-style-type: none"> – оратор упевнено відповідає на запитання аудиторії – відповіді є обґрунтованими, зрозумілими та точними. 	
Усього балів			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)		



9. Рекомендована література

Основна:

1. 2. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження : колективна монографія / за заг. ред. проф. Ю. Д. Бойчука. Харків : Вид. Рожко С. Г., 2017. 488 с.
2. Приступа Є. Н. Народна фізична культура українців . Львів :УСА, 2019. 254 с.
3. Деделюк Н. А., Цьось А. В. Традиції фізичного виховання в Київській Русі : монографія. Луцьк : Волинська обласна друкарня, 2020. 192 с
4. 5. Українські традиції і звичаї: українська етнографія, народні вірування, традиції, звичаї, обрядовий календар, свята, обереги / авт. упоряд. : Скляренко В. М. та ін. Харків : Фоліо, 2022. 318 с.
5. 6. Цьось А. В. Фізичне виховання в календарній обрядовості українців : монографія. Луцьк : Надстир'я, 2017. 376 с.

Додаткова:

1. Булатова М. М., Бубка С. Н., Платонов В. М. Олімпійський спорт у системі гуманітарної освіти: навчальне видання. Київ: Перша друкарня, 2019. 912 с.
2. Долинний Ю. О. Олімпійський і професійний спорт: курс лекцій для викладачів і студентів вищих навчальних закладів. Краматорськ: ДДМА, 2020. 111 с.
3. Історія фізичної культури і спорту народів Європи : збірник тез доповідей III Міжнародного наукового конгресу істориків фізичної культури (10–12 вересня 2019 р.). Луцьк, 2019. 75 с.
4. Anderson F. Francis Bacon. His career a. his Thought. N. Y.: Univ. of Southern California press, 1962.
5. Anderson F. The Philosophy of Francis Bacon. Chicago: the Univ. of Chicago press, 1948.
6. Briggs J. Francis Bacon a. the Rhetoric of Nature. Cambridge (Mass.)-L.: Harvard Univ. press, 1989. 8.

10. Інформаційні ресурси

1. 1. Загальна теорія здоров'я
http://hnpu.edu.ua/sites/default/files/files/Kaf_zdor_ta_korr_os/Zagalna_teorija_zdorovia_i_zdorviazberegenja.pdf
2. 2. Культ здоров'я в українській традиції <https://spadok.org.ua/tradytsionalizm/kult-zdorov-ya-v-ukrayinskiy-tradytsiyi> Курс лекцій з фізичного виховання навчальні матеріали онлайн.
https://pidru4niki.com/92416/pedagogika/kurs_lektsiy_z_fizichnogo_vihovannya



11. Регуляції і політики курсу

Відвідування занять. Регуляція пропусків.

Фахово-професійний характер курсу передбачає обов'язкове відвідування лекційних і практичних занять. Студенти, які за певних обставин не можуть відвідувати лекційні і практичні заняття регулярно, мусять узгодити із викладачем графік індивідуального відпрацювання пропущених занять. Окремі пропущені заняття мають бути відпрацьовані протягом поточного змістового модулю. В окремих випадках дозволяється письмове відпрацювання шляхом виконання індивідуального письмового завдання. Студенти, які станом на початок заліково-екзаменаційної сесії мають понад 70% невідпрацьованих пропущених занять, до відпрацювання не допускаються. За умови систематичних пропусків може бути застосована процедура повторного вивчення дисципліни (див. посилання на Положення у додатку до силабусу).

Політика академічної доброчесності

Кожний студент зобов'язаний дотримуватися принципів академічної доброчесності. Письмові завдання з використанням часткових або повнотекстових запозичень з інших робіт без зазначення авторства – це *плагіат*. Використання будь-якої інформації (текст, фото, ілюстрації тощо) мають бути правильно процитовані з посиланням на автора! Якщо ви не впевнені, що таке плагіат, фабрикація, фальсифікація, порадьтеся з викладачем. До студентів, у роботах яких буде виявлено списування, плагіат чи інші прояви недоброчесної поведінки можуть бути застосовані різні дисциплінарні заходи (див. посилання на Кодекс академічної доброчесності ЗНУ в додатку до силабусу).

Роботи, у яких виявлено ознаки плагіату, до розгляду не приймаються і відхиляються без права перескладання. Якщо ви не впевнені, чи підпадають зроблені вами запозичення під визначення плагіату, будь ласка, проконсультуйтеся з викладачем.

Висока академічна культура та європейські стандарти якості освіти, яких дотримуються у ЗНУ, вимагають від дослідників відповідального ставлення до вибору джерел. Посилання на такі ресурси, як Wikipedia, бази даних рефератів та письмових робіт (Studopedia.org та подібні) є неприпустимим. Рекомендовані бази даних для пошуку джерел:

Електронні ресурси Національної бібліотеки ім. Вернадського: <http://www.nbuv.gov.ua>

Використання комп'ютерів/телефонів на занятті

Будь ласка, вимкніть на беззвучний режим свої мобільні телефони та не користуйтеся ними під час занять. Мобільні телефони відволікають викладача та ваших колег. Під час занять заборонено надсилання текстових повідомлень, прослуховування музики, перевірка електронної пошти, соціальних мереж тощо. Електронні пристрої можна використовувати лише за умови виробничої необхідності в них (за погодженням з викладачем).

Комунікація

Базовою платформою для комунікації викладача зі студентами є Moodle.

Важливі повідомлення загального характеру регулярно розміщуються на сторінці курсу. Для персональних запитів використовується сервіс приватних повідомлень. Відповіді на запити студентів подаються викладачем впродовж трьох робочих днів. Для оперативного отримання повідомлень про оцінки та нову інформацію, розміщену на сторінці курсу у Moodle, будь ласка, переконайтеся, що адреса електронної пошти, зазначена у вашому профайлі на Moodle, є актуальною, та регулярно перевіряйте папку «Спам».

Очікується, що студенти перевірятимуть свою електронну пошту і сторінку дисципліни в Moodle та реагуватимуть своєчасно. Всі робочі оголошення можуть надсилатися через старосту, на електронну пошту та розміщуватимуться в Moodle. Будь ласка, перевіряйте повідомлення вчасно.



ДОДАТОК ДО СИЛАБУСУ ЗНУ – 2024-2025 рр.

ГРАФІК ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ 2024-2025 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 Положенням про порядок визнання результатів навчання, отриманих у неформальній освіті: <https://tinyurl.com/y8gbt4xs>.

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

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>