Питання до екзамену

до дисципліни «Загальна теорія здоров’я та здорового способу життя

1.Здоро’вя та його складові.

2.Формування індивідуального здоров’я, методи діагностики, шляхи корекції.

3.Значення визначення « передхвороба», «здоров’я», « хвороба».

4.Особливості оцінки «анкети здоров’я».

5.Оцінка стану потенційного здоров’я.

6.Основи формування здорового способу життя.

7.Позитивні та негативні чинники, що впливають на здоров’я.

8.Основні фактори формування фізичного здоров’я, методи тестування, значення результатів.

9.Визначення рівнів фізичного здоров’я.

10.Відтворення здоров’я, формування здоров’я, споживання здоров’я, відновлення здоров’я.

11.Особливості психологічного здоров’я особистості.

12.Методи оцінки міжособистісних стосунків при вступі в шлюб, вибір партнера.

13.Негативні чинники, що впливають на формування схильності до алкоголізму. Шляхи боротьби за відновлення здоров’я.

14.Основні фактори формування психічного здоров’я.

15.Формування тривожності, агресії в сім’ї, методи корекції.

16.Способи спілкування в сім’ї та на роботі, значення методів анкетування та опитування у навчанні і формуванні психічного здоров’я.

17.Вплив конфліктних ситуацій на здоров’я. Методи діагностики конфліктності.

18.Основні фактори формування духовного та соціального здоров’я.

19.Індивідуальний розвиток і психічне здоров’я. Типи психічних розладів. Заходи підтримання доброго психологічного здоров’я.

20.Властивості характеру, терпимість, інтелект. Значення у формуванні порушень психічного здоров’я.

21.Основні критерії фізичного здоров’я у різних вікових групах.

22.Вплив шкідливих звичок на здоров’я дітей і підлітків, методи виявлення вживання алкоголю, наркотиків, токсичних речовин, паління.

23.Індикатори соціального здоров’я.

24.Фактори зовнішнього середовища та їх вплив на здоров’я.

25.Характеристика небезпечних і шкідливих факторів виробництва.

26.Емоційний стрес. Ознаки, методи відновлення здоров’я.

27.Підтримання психологічного здоров’я. Індивідуальний розвиток і психічне здоров’я.

28.Виявлення схильності до депресії. Загроза для здоров’я. Шляхи корекції.

29.Шкідливі звички. Алкоголізм, наркоманія, тютюнопаління. Соціальна небезпека.

30.ВІЛ/ СНІД. Шляхи розповсюдження. Загроза для здоров’я.