**Індивідуальне завдання**

*Індивідуальне завдання* підлягає захисту студентом на заняттях, які призначаються додатково. Індивідуальне завдання може бути виконане у різних формах.

*По-перше*, студенти можуть зробити його у вигляді ***реферату***.

Реферат повинен мати обсяг від 18 до 24 сторінок А4 тексту (кегль Times New Roman, шрифт 14, інтервал 1,5), включати план, структуру основної частини тексту відповідно до плану, висновки і список літератури, складений відповідно до ДСТУ 8302:2015. В рефераті можна також помістити словник базових понять до теми.

*По-друге*, індивідуальне завдання може бути виконане у формі ***презентації*** у форматі Power Point. В цьому разі обсяг роботи визначається індивідуально – залежно від теми.

Література, що рекомендується для виконання індивідуального завдання, наведена у списку рекомендованої літератури, а в електронному вигляді вона розміщена на Освітньому сайті КНУБА, на сторінці кафедри.

Також як виконання індивідуального завдання за рішенням викладача може бути зарахована участь студента у міжнародній або всеукраїнській науково-практичній конференції з публікацією у матеріалах конференції тез виступу (доповіді) на одну з тем, дотичних до змісту дисципліни, або публікація статті на одну з таких тем в інших наукових виданнях.

Текст індивідуального завдання подається викладачу не пізніше, ніж за 2 тижні до початку залікової сесії. Викладач має право вимагати від студента доопрацювання індивідуального завдання, якщо воно не відповідає встановленим вимогам.

**Критерії оцінювання індивідуальної роботи**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Оцінка за національною шкалою** | **Кількість** **балів** | **Критерії** |
| **відмінно** | 10 | відмінне виконання (розкриття теми, посилання та цитування сучасних наукових джерел (не старше 2017 року), **дотримання норм доброчесності**) |
| 9 | відмінне виконання з незначною кількістю помилок виконання (розкриття теми, посилання та цитування сучасних наукових джерел (більшість з яких не старше 2017 року), **дотримання норм доброчесності**) |
| **добре** | 8 | виконання вище середнього рівня з кількома помилками (розкриття теми в межах об`єкту та завдань роботи, посилання та цитування сучасних наукових джерел (серед яких є такі, що не старше 2017 року), **дотримання норм доброчесності**) |
| 7 | виконання з певною кількістю помилок (розкриття теми в межах об`єкту та завдань роботи, наявність посилань та цитувань наукових джерел, **дотримання норм доброчесності**) |
| **задовільно** | 6 | виконання роботи задовольняє мінімальним критеріям помилок (розкриття теми в основному в межах об`єкту роботи, наявність концептуального апарату роботи, присутність не менше 5 посилань та цитувань наукових джерел, **дотримання норм доброчесності**) |

Критерії оцінювання презентації (відповідність роботи за обсягом, формою, якістю змісту і демонстрації матеріалу).

Методичні матеріали для самостійної роботи студентів повинні передбачати можливість проведення самоконтролю з боку студента. Для самостійної роботи студенту також рекомендують відповідну наукову та фахову монографічну і періодичну літературу, електронні ресурси, у тому числі й освітній сайт Університету.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №з/п | Назва тем для самостійної роботи | Кількістьгодин |
| 1. | Адаптивні та фізіологічні біологічні ритми людини. | 3,5 |
| 2. | Зв’язок організму з зовнішнім світом. Вплив довкілля на організм людини. | 3,5 |
| 3. | Комплексна дія метеорологічних чинників на організм людини. | 3,5 |
| 4. | Вплив кліматичних умов на гігієнічні умови життя людей. | 3,5 |
| 5. | Методики та принципи загартування.  | 3,5 |
| 6. | Методика оцінки ефективності процедур, що загартовують. | 3,5 |
| 7. | Гігієна дівчини /жінки. | 3,5 |
| 8. | Гігієна хлопця / чоловіка. | 3,5 |
| 9. | Гігієнічна оцінка грунту та очищення населених пунктів. | 3,5 |
| 10. | Методи визначення нитратів. | 3,5 |
| 11. | Втома та перевтома. Подолання втоми і перевтоми. | 3,5 |
| 12. | Гігієна розумової діяльності. | 3,5 |
| 13. | СНІД / ВІЛ: поняття, причини захворювання, профілактика. | 3,5 |
| 14. | Гігієна навчально-виховного процесу в школі. | 3,5 |
| 15. | Основні гігієнічні вимоги до занять спортивного/оздоровчого спрямування.  | 3,5 |
| 16. | Енергетичний обмін. Енергетичний баланс. Метаболізм. Базальний Метаболізм. Термічний ефект їжі.  | 3,5 |
| 17. | Коєфіцієнт фізичної активності. | 3,5 |
| 18 | Меню-розгортка і як її скласти. | 3,5 |
| 19. | Дія шкідливих звичок на організм підлітка. | 3,5 |
| 20. | Ергогенні засоби стимуляції фізичної працездатності та відновлення організму. | 3,5 |
| **Усього годин** | **70** |