

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ І.І. МЕЧНИКОВА**

Кафедра екології та охорони довкілля

ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор

з науково-педагогічної роботи

Ірина ЛОМАЧИНСЬКА

2026р.



РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

«ЕКОЛОГІЯ ЛЮДИНИ»

Рівень вищої освіти	<u>перший (бакалаврський) рівень</u>
Галузь знань	10 Природничі науки
Спеціальність	101 – Екологія
Освітньо-професійна програма	Екологія, охорона навколишнього середовища та збалансоване природокористування

ОНУ

2026

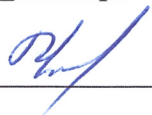
Робоча програма навчальної дисципліни «Екологія людини». Одеса: ОНУ, 2026. – 20 с.

Розробник: Н.В. Грабко, старший викладач кафедри екології та охорони довкілля.

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри екології та охорони довкілля

Протокол № 1 від «24» серпня 2026 р.

Завідувач кафедри



Ангеліна ЧУГАЙ
(прізвище та ініціали)

Погоджено із гарантом ОПІ
«Екологія, охорона навколишнього середовища та
збалансоване природокористування»

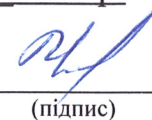


Алла КОЛІСНИК
(прізвище та ініціали)

Схвалено навчально-методичною комісією (НМК) ФГМіЕ

Протокол № 1 від «26» серпня 2026 р.

Голова НМК


(підпис)

Ангеліна ЧУГАЙ
(прізвище та ініціали)

Переглянуто та затверджено на засіданні кафедри

Протокол № __ від «__» ____ 20 __ р.

Завідувач кафедри ____

(підпис)

(прізвище та ініціали)

Переглянуто та затверджено на засіданні кафедри

Протокол № __ від «__» ____ 20 __ р.

Завідувач кафедри ____

(підпис)

(прізвище та ініціали)

1. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, спеціалізація, рівень вищої освіти	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Загальна кількість: Всього кредитів – 3/3 годин – 90/90 змістових модулів – 2/2 ІНДЗ* – не заплановано	Галузь знань 10 - Природничі науки Спеціальність 101 – Екологія Рівень вищої освіти: перший (бакалаврський)	Обов'язковий	
		Рік підготовки:	
		4-й	5-й
		Семестр	
		8-й	10-й
		Лекції	
		18 год.	2 год.
		Практичні, семінарські	
		18 год.	8 год.
		Самостійна робота	
		54 год.	80 год.
		Форма підсумкового контролю: залік	

2. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Метою курсу є характеристика і аналіз взаємовідносин людини та середовища, в якому вона перебуває, визначення шляхів та механізмів адаптації людини до факторів навколишнього середовища, що змінюється, вплив середовища на здоров'я людини, характеристика найбільш важливих груп факторів, що оточують людину, визначають умови її мешкання і впливають на стан її здоров'я.

Завданнями курсу є отримання знань і навичок щодо оцінки стану здоров'я населення, виявлення негативного впливу факторів довкілля на здоров'я населення на основі наявної інформації, а також визначення основних шляхів попередження негативного впливу факторів довкілля на здоров'я людини.

Процес вивчення дисципліни спрямований на формування елементів таких **компетентностей**:

– *Спеціальні (фахові) компетентності*

K33 Здатність визначати фактори і умови проживання людини в екологічно безпечному середовищі для збереження її генофонду.

– *Очікувані програмні результати навчання (РН):*

R331. Знати фактори і умови проживання людини в екологічно безпечному середовищі, уміння оцінити їх вплив на стан здоров'я людини та якість довкілля.

R332. Вміти формувати ефективні комунікаційні стратегії з метою донесення ідей, проблем, рішень та власного досвіду в сфері екології.

У результаті вивчення навчальної дисципліни здобувач повинен:

- *знати*: основні критерії і підходи, які дозволяють якісно і кількісно оцінювати стан здоров'я населення певної території; бути здатними користуватися знаннями щодо медико-біологічних аспектів впливу факторів середовища на здоров'я людини;
- *вміти*: користуватися навичками щодо оцінки впливу факторів навколишнього середовища на людину; вміти користуватися знаннями при вирішенні питань екологічного контролю за продуктами широкого споживання; консультувати громадян, організації з питань екології людини; вирішувати питання психологічного характеру при поданні інформації з екологічних проблем.
- *бути здатним*: знати фактори і умови проживання людини в екологічно безпечному середовищі, уміння оцінити їх вплив на стан здоров'я людини та якість довкілля; Вміти формувати ефективні комунікаційні стратегії з метою донесення ідей, проблем, рішень та власного досвіду в сфері екології.

Опанування цієї навчальної дисципліни забезпечує набуття здобувачами навичок і компетентностей, спрямованих на досягнення глобальних цілей сталого розвитку до 2030 року, що проголошені резолюцією Генеральної Асамблеї Організації Об'єднаних Націй від 25 вересня 2015 року No 70/1 та визначені Указом Президента України від 30 вересня 2019 року No 722, зокрема:

Ціль 2: подолання голоду, досягнення продовольчої безпеки, поліпшення харчування і сприяння сталому розвитку сільського господарства;

Ціль 3: забезпечення здорового способу життя та сприяння благополуччю для всіх у будь-якому віці;

Ціль 11: забезпечення відкритості, безпеки, життєстійкості й екологічної стійкості міст, інших населених пунктів;

Ціль 12: забезпечення переходу до раціональних моделей споживання і виробництва.

3. ЗМІСТ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Змістовий модуль 1.

Тема 1. Екологія людини в сучасному широкому розумінні.

Екологія людини як антропоекологічна дисципліна, її особливості та методичні підходи. Основні визначення. Суть холістичного підходу до людини. Огляд проблем екології людини.

Тема 2. Здоров'я та його вимірювання.

Визначення поняття здоров'я. Основні фактори, які визначають здоров'я, основні критерії здоров'я, основні моделі здоров'я. Уявлення про використання демографічних показників для характеристики здоров'я. Деякі демографічні характеристики у світі і в Україні. Використання показників медичної статистики для характеристики здоров'я на суспільному рівні. Характеристика здоров'я на груповому і індивідуальному рівні. Уявлення про психічне здоров'я людини. ВООЗ.

Тема 3. Людина і навколишнє природне середовище - адаптація до умов існування.

Поняття про адаптацію. Механізми адаптації. Стрес-реакція як неспецифічний адаптаційний синдром. Ціна адаптації. Нехресна адаптація. Роль тренування та здорового образу життя. Уявлення про гіпоксію. Різновиди гіпоксії за класифікацією Баркрофта і ВанСлайка.

Змістовий модуль 2.

Тема 4. Зовнішнє середовище і здоров'я людини - роль природи і технологій.

Основні групи захворювань і роль довкілля у їхньому виникненні. Мікроелементоз як один з розповсюджених різновидів екологічних захворювань. Гіпоелементоз і гіперелементоз. Оцінка ролі екологічних факторів у виникненні захворювань населення. Показники захворюваності як важливий критерій оцінки екологічного стану території.

Тема 5. Екологія харчування.

Уявлення про норми споживання білків, жирів, вуглеводів під час харчування. Споживання мікроелементів і вітамінів. Інші речовини природного і антропогенного походження, присутні в їжі, їх роль для людини. Технологізація харчової промисловості. Наявність в продуктах харчування харчових добавок і складових ГМО, їх роль для людини.

Тема 6. Екологія житла.

Технологічні та екологічні проблеми мікрооточення. Основні фактори, що впливають на людину в житловому помешканні. Особливості речовини в повітрі помешкання. Їх роль для здоров'я людини. Токсичні хімічні речовини в речах побутового призначення і їх роль для здоров'я людини.

Тема 7. Екологія і циклічні процеси у житті людини.

Природна циклічність екологічних процесів та її вплив на поведінку людини. Біоритми. Аутоагресивна поведінка та природні фактори її виникнення. Циклічна складова смертності людини. Екологічна свідомість та екстремальність екологічних умов.

4. СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Назви тем	Кількість годин									
	Денна форма					Заочна форма				
	усього	у тому числі				усього	у тому числі			
		л	п/с	лаб	с/р		л	п/с	лаб	с/р
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Змістовий модуль 1.										
Тема 1. Екологія людини в сучасному широкому розумінні [1, 2]	10	2	0	0	8	9	1	0	0	8
Тема 2. Здоров'я та його вимірювання [1, 2]	17	4	5	0	8	19	1	2	0	16

Тема 3. Людина і навколишнє природне середовище - адаптація до умов існування [1, 2]	14	2	3	0	9	13	0	1	0	12
Разом за змістовим модулем 1	41	8	8	0	25	41	2	3	0	36
Змістовий модуль 2.										
Тема 4. Зовнішнє середовище і здоров'я людини - роль природи і технологій [1, 2]	13	2	4	0	7	12	0	2	0	10
Тема 5. Екологія харчування [1, 2]	15	2	4	0	9	17	0	2	0	15
Тема 6. Екологія житла [1, 2]	15	4	2	0	9	13	0	1	0	12
Тема 7. Екологія і поведінка людини [1, 2]	6	2	0	0	4	7	0	0	0	7
Разом за змістовим модулем 2	49	10	10	0	29	49	0	5	0	44
РАЗОМ	90	18	18	0	54	90	2	8	0	80

Види роботи:

[1] – опрацювання лекційного та додаткового, довідкового матеріалу;

[2] – опрацювання тем семінарських занять, додаткового матеріалу.

5. ТЕМИ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		денна	заочна
1	Показники здоров'я населення. Оцінка стану здоров'я населення. Вивчення показників демографічної і медичної статистики. Визначення медичних аномалій [1, 2]	5	2
2	Природні екологічні фактори і їхня роль у формування здоров'я населення. Вивчення певних природних факторів в межах областей України і можливості їхнього впливу на виникнення медичних аномалій [1, 2]	3	1
3	Внесок техногенних екологічних факторів у формування здоров'я населення. Вивчення певних показників техногенного навантаження в межах областей України і визначення їхньої ролі у формуванні медичних аномалій [1, 2]	4	2
4	Оцінка небезпеки, пов'язаної із споживанням харчових продуктів, у складі яких присутні харчові добавки. Визначення балу небезпеки харчових продуктів за вмістом у їхньому складі харчових добавок [1, 2]	4	2
5	Відносний ризик і співвідношення шансів надлишкової смертності у холодний період року. Визначення і оцінка характеристик ризику надлишкової смертності (на прикладі населення України) у холодний період року у порівнянні з теплим [1, 2]	2	1
Разом		18	8

Види роботи:

[1] – опрацювання лекційного та додаткового, довідкового матеріалу;

[2] – опрацювання тем семінарських занять, додаткового матеріалу.

6. ТЕМИ СЕМІНАРСЬКИХ ЗАНЯТЬ (не передбачено)

7. ТЕМИ ЛАБОРАТОРНИХ ЗАНЯТЬ (не передбачено)

8. САМОСТІЙНА РОБОТА

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		денна	заочна
1	Тема 1. Екологія людини в сучасному широкому розумінні. Студенти мають опрацювати рекомендовану літературу за темою. Під час опрацювання рекомендованої літератури надати визначення поняття «екологія людини» за різними авторами, структури дисципліни, а також підходам до вивчення дисципліни. Підготуватися до усного опитування за результатами самостійної роботи.	8	8
2	Тема 2. Здоров'я та його вимірювання. Студенти мають опрацювати рекомендовану літературу. За теоретичними (лекційними) матеріалами теми ознайомитися із основними визначеннями здоров'я, структурою здоров'я і моделями здоров'я. Отримати поняття про основні показники, що характеризують здоров'я на суспільному, груповому і індивідуальному рівнях. Ознайомитися із підходами до визначення психічного здоров'я людини. Отримати уявлення про ВООЗ і її діяльність. Підготуватися до усного опитування за контрольними питаннями до практичної роботи.	8	16
3	Тема 3. Людина і навколишнє природне середовище - адаптація до умов існування. Студенти мають опрацювати рекомендовану літературу. За матеріалами лекційного курсу слід ознайомитися із визначеннями поняття «адаптація», фазами адаптації і класифікацією. Слід отримати уявлення про стрес, його види і зв'язок з поняттям адаптації, а також основні правила адаптації. Користуючись контрольними запитаннями, підготуватися до усного опитування за результатами виконання практичної роботи.	9	12
4	Тема 4. Зовнішнє середовище і здоров'я людини - роль природи і технологій. Студенти мають опрацювати рекомендовану літературу. За матеріалами лекційного курсу отримати уявлення про зв'язок основних груп захворювань із умовами довкілля. Знати визначення понять «мікроелементоз», «гіпоелементоз» і «гіперелементоз».	7	10

	Мати уявлення про основні захворювання, що є індикаторами погіршення екологічної ситуації. За допомогою контрольних питань підготуватися до усного опитування за результатами виконання практичної роботи.		
5	Тема 5. Екологія харчування. Студенти мають опрацювати рекомендовану літературу. Отримати уявлення про основні види речовин, що людина споживає в процесі харчування і про їх значення для організму людини. Знати основні наслідки технологізації харчової промисловості, в тому числі використання харчових добавок і генетично модифікованих організмів. За допомогою контрольних питань підготуватися до усного опитування за результатами виконання практичних робіт.	9	15
6	Тема 6. Екологія житла. Студенти мають опрацювати рекомендовану літературу. На підставі лекційного матеріалу слід ознайомитися з основними речовинами і факторами, що впливають на організм людини у приміщенні. Вміти характеризувати наслідки такого впливу на організм людини, а також шляхи запобігання цим наслідкам. Підготуватися до усного опитування за результатами самостійної роботи.	9	12
7	Тема 7. Біологічні ритми у житті людини. Екологія і поведінка людини. Студенти мають опрацювати рекомендовану літературу. На підставі лекційного матеріалу слід ознайомитися із значенням поняття «біоритм» або «біологічний годинник». Знати різновиди ритму поведінкової активності людини. Мати уявлення про циклічну поведінкову залежність людини від навколишнього середовища. Знати про річні цикли смертності населення. Мати уявлення про роль умов довкілля на психічне здоров'я людини. Підготуватися до усного опитування за результатами самостійної роботи.	4	7

*До самостійної роботи відноситься:

- підготовка до лекцій і практичних занять;
- підготовка до контролюючого заходу (заліку);
- неформальна та інформальна освіта.

Визнання результатів, отриманих в системі неформальної/інформальної освіти. У межах дисципліни «Екологія людини» здобувачі можуть виконувати завдання самостійної роботи як у традиційних формах (опрацювання літератури, індивідуальних завдань, тощо), так і через зарахування результатів неформальної та інформальної освіти.

В рамках опанування цієї навчальної дисципліни здобувач може пройти освітні або професійні курси/тренінги, професійне стажування, онлайн-курси на масових платформах чи у системі громадянської освіти.

Орієнтовний перелік курсів, які дотичні змісту цієї навчальної дисципліни:

Назва освітньої платформи	Назва курсу	Посилання
Prometeus	Перша домедична допомога в умовах війни	https://prometheus.org.ua/prometheus-free/first-aid-during-war/
Prometeus	Ефективна організація харчування в закладах освіти	https://prometheus.org.ua/prometheus-free/efektyvne-kharchuvannya/
Prometeus	4 кроки до здорового харчування	https://prometheus.org.ua/prometheus-free/4-steps-to-healthy-nutrition/
Prometeus	Безпечність харчових продуктів: сучасне законодавство, сумлінний виробник, відповідальний споживач	https://prometheus.org.ua/prometheus-free/food-safety-law/

Здобувач може самостійно обрати ресурси, які будуть відповідати навчальній дисципліні «Екологія людини».

Результати, отримані в системі неформальної/інформальної освіти, засвідчуються відповідним сертифікатом, де вказуються обсяг годин (або кількість кредитів ЄКТС) та здобуті компетентності та результати навчання. Такі результати можуть бути зараховані як результати поточного, періодичного або підсумкового контролю за цією навчальною дисципліною за процедурами, визначеними «Положенням про порядок визнання у вищій та фаховій передвищій освіті результатів навчання, здобутих шляхом неформальної та/або інформальної освіти в Одеському національному університеті імені І. І. Мечникова та відокремленому структурному підрозділі «Фаховий коледж ОНУ імені І. І. Мечникова» https://onu.edu.ua/pub/bank/userfiles/files/documents/polozennya/polozhennya_neformalna_osvita_2024_final.pdf.

В межах дисципліни «Екологія людини» оцінювання результатів неформальної та інформальної освіти здійснюється згідно з критеріями, представленими у наступній таблиці.

Таблиця 1 – Критерії оцінювання результатів неформальної освіти

Вид діяльності здобувача	Орієнтовний обсяг (год./кредити ECTS)	Критерії виконання	Кількість балів	Форма зарахування
Ефективна організація харчування в закладах освіти	30 год. (1 кредит)	100% виконаних завдань	20 балів	Поточний контроль / самостійна робота
		88% виконаних завдань	18 балів	
		70% виконаних завдань	14 балів	

Перша домедична допомога в умовах війни	15 год. (0,5 кредити)	100% виконаних завдань	10 балів	Поточний контроль / самостійна робота
		88% виконаних завдань	9 балів	
		70% виконаних завдань	7 балів	
4 кроки до здорового харчування	10 год. (0,33 кредиту)	100% виконаних завдань	5 балів	Поточний контроль / самостійна робота
		88% виконаних завдань	4 бали	
		70% виконаних завдань	3 бали	
Безпечність харчових продуктів: сучасне законодавство, сумлінний виробник, відповідальний споживач	10 год. (0,33 кредиту)	100% виконаних завдань	5 балів	Поточний контроль / самостійна робота
		88% виконаних завдань	4 бали	
		70% виконаних завдань	3 бали	

9. МЕТОДИ НАВЧАННЯ

Під час вивчення навчальної дисципліни «Екологія людини» слід застосовувати словесний, наочний, практичний методи навчання такі, як читання лекції, пояснення, робота з навчальною літературою, індивідуальні консультації.

Словесні та наочні методи навчання – це лекційні заняття, опитування, консультування, мультимедійні презентації під час проведення лекційних занять.

Практичні методи – це опрацювання завдань до практичних робіт, обговорення практичного застосування теоретичного матеріалу при виконанні окремих розділів дисертаційного дослідження.

Колективне опрацювання завдань – обговорення результатів виконання практичних завдань у студентській групі, обговорення і дискусії щодо проблемних питань та результатів самостійної роботи.

Для розв'язання навчально-професійних завдань навчальної дисципліни застосовано комплексний підхід до діяльності у процесі навчання. Використовуються класичні дидактичні методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності (лекція-пояснення, бесіда, контроль, самоконтроль, взаємоконтроль і т.п.)

Основні форми (методи) проведення занять – це різні типи лекцій, а також практичні заняття – теоретичне обговорення питань, дискусія, співбесіда, презентація результатів.

10. ФОРМИ КОНТРОЛЮ

Засоби діагностики якості освіти включають в себе поточний, періодичний та підсумковий контроль.

Поточний контроль – це усний контроль, який представляє собою індивідуальне опитування, захист практичних робіт.

Періодичний контроль – це тестовий контроль, у тому числі оцінювання контрольних робіт за змістовими модулями (тестування).

Підсумковий контроль – залік.

Протягом засвоєння навчальної дисципліни здобувачі мають можливість накопичувати бали за рахунок виконання різних форм роботи. Вони розподіляються, а потім сумуються.

Форми контролю. Контроль знань здобувачів здійснюється упродовж семестру та охоплює всі види навчальної діяльності: лекційні і практичні заняття, виконання курсової роботи й модульні контрольні заходи. Основна мета контролю полягає у перевірці рівня засвоєння теоретичних знань, сформованості практичних навичок і здатності застосовувати отримані знання у професійній діяльності.

1. Форми контролю за лекційним матеріалом

Оцінювання засвоєння лекційного матеріалу здійснюється на основі таких форм: перевірка підготовленості до лекції (активність, виконання коротких аналітичних або оглядових завдань, ознайомлення з рекомендованою літературою); короткий тестовий контроль після лекції (перевірка розуміння ключових понять і закономірностей теми); участь в усній дискусії або обговоренні проблемних питань теми (оцінюється змістовність, аргументованість та самостійність суджень).

Максимальна кількість балів за опанування лекційного матеріалу становить 7 балів в (1 бал за кожну тему).

2. Форми контролю за практичними заняттями

Практичні заняття спрямовані на формування професійних компетентностей, закріплення і більш глибоке обговорення теоретичного матеріалу, уміння застосовувати теоретичні знання для вирішення практичних задач, аналізувати і узагальнювати інформацію з літературних джерел. Контроль здійснюється через усне опитування під час захисту практичних робіт.

Максимальна кількість балів за всі практичні роботи становить 53 бали (по 12 балів за практичні роботи № 1,3 і 5, 8 балів – за практичну роботу № 2 і 9 балів - за практичну роботу № 4).

3. Контроль за змістовими модулями

Після вивчення кожного змістового модуля проводиться модульна контрольна робота у формі тестового оцінювання, що включає питання із

однією правильною відповіддю. Метою є перевірка системності засвоєння матеріалу, узагальнення знань і вміння логічно поєднувати теоретичні та практичні аспекти навчального змісту.

Максимальна кількість балів за виконання модульних контрольних робіт становить 40 балів (по 20 балів за кожне тестове завдання). Для отримання позитивного результату здобувач має набрати не менше 60 % правильних відповідей.

4. Підсумковий контроль (залік)

Підсумковою формою контролю знань є залік. Підсумковий залік здобувач вищої освіти може отримати автоматично за умови повного виконання навчальної програми дисципліни та наявності достатньої кількості накопичених балів, що відповідають критеріям позитивної оцінки за результатами семестрового контролю.

Залікова контрольна робота проводиться за ініціативою здобувача вищої освіти з метою підвищення підсумкової суми балів, накопичених протягом вивчення навчальної дисципліни. Оцінювання заліку здійснюється за 100-бальною шкалою. Підсумкова (фінальна) оцінка з навчальної дисципліни визначається як середнє арифметичне між сумою балів, отриманих за поточний контроль, та результатами підсумкового контролю.

Система оцінювання балів за результатами поточного, періодичного і підсумкового контролю з врахуванням різних видів навчальної діяльності представлена в нижче.

Підсумкова система оцінювання за дисципліною

Вид навчальної діяльності	Максимальна кількість балів
Лекційний матеріал (тести, участь у дискусії, підготовленість)	7
Практичні заняття	53
Модульні контрольні роботи	40
Поточна успішність (разом)	100
Загальна кількість балів за дисципліну	100

Загальна система оцінювання дисципліни базується на принципах поетапності та об'єктивності - здобувач може отримати 100 балів за поточну роботу протягом семестру; а також (за бажанням здобувача) 100 балів – за підсумковий залік, які далі будуть перераховані як середнє арифметичне з балами поточної успішності – ці бали відповідатимуть підсумковій кількості балів, на підставі якої здобувач отримує залік. Такий підхід забезпечує безперервний контроль знань, стимулює систематичну підготовку здобувачів і дозволяє комплексно оцінити їхню готовність до практичного застосування отриманих знань і навичок.

Критерії оцінювання результатів навчання. Критерій оцінювання – це ознака, на основі якої проводиться оцінювання будь-чого і яка є мірою оцінки. Критерії оцінювання визначаються за допомогою якісних показників та ознак, що демонструють рівень сформованості навчальних досягнень

здобувачів вищої освіти і трансформуються в оцінку згідно затвердженої шкали. Результати академічної успішності здобувачів виставляються у вигляді оцінки за національною шкалою, 100-бальною та шкалою ЄКТС.

Критерії оцінювання лекційного матеріалу

Бал	Критерії оцінювання засвоєння лекційного матеріалу
1 бал	Повністю засвоїв зміст лекції; аргументовано відповідає на запитання, демонструє критичне мислення, наводить приклади з практики або сучасних досліджень; виконав онлайн-тест чи міні-завдання без помилок.
0,5 бала	Ознайомився з матеріалом лекції, відповідає на основні запитання, але без глибокого розуміння або з неточностями; має базові уявлення про ключові поняття.
0 балів	Студент не відвідував лекцію або не ознайомився з матеріалом; не виконав завдання/тест; не проявляв активності.

Критерії оцінювання на практичних заняттях

Критерії оцінювання на практичних заняттях наведено у відсотковому виді.

Відсоток від балу	Критерії оцінювання роботи на практичних заняттях
81 – 100 %	Аргументовано відповідає на запитання, демонструє критичне мислення, приймає участь в обговоренні і дискусії.
61 – 80 %	Добре орієнтується в темі, розуміє зміст основних понять, логічно відповідає на контрольні питання, виявляє активність під час обговорення.
41 – 60 %	Відповідає на основні запитання, але без глибокого розуміння або з неточностями; має базові уявлення про ключові поняття.
21 – 40 %	Ознайомився частково з матеріалом; допускає суттєві помилки.
До 20 %	Ознайомився частково з матеріалом; не володіє ключовими поняттями,
0 %	Студент не з'явився на заняття, не ознайомився з теоретичним матеріалом.

Оцінювання контрольних робіт за змістовими модулями здійснюється з метою перевірки рівня засвоєння теоретичного матеріалу після завершення вивчення кожного змістового модуля. Модульна контрольна робота проводиться у формі тестового контролю, який містить 20 тестових завдань, що охоплюють ключові поняття, закономірності та прикладні аспекти тем, передбачених навчальним планом.

Кожне тестове завдання має одну правильну відповідь, яка оцінюється в один бал, а максимальна кількість балів за тест відповідає 100% правильності виконання.

Розподіл результатів тестування за кількістю правильних відповідей

Кількість правильних відповідей	Рівень засвоєння матеріалу
20	Відмінний рівень, повне засвоєння матеріалу
18-19	Дуже високий рівень, незначні неточності
17	Високий рівень, правильне розуміння основних положень
16	Достатній рівень, засвоєно основні поняття
14-15	Достатній рівень із незначними прогалинами

13	Задовільний рівень, окремі неточності у розумінні матеріалу
12	Мінімально позитивний результат, базове засвоєння знань
10-11	Незадовільний рівень, часткове розуміння теми
9	Низький рівень, більшість відповідей неправильні
8	Дуже низький рівень засвоєння
6-7	Матеріал засвоєно фрагментарно
5	Відсутність розуміння ключових понять
4	Дуже слабе розуміння матеріалу
2-3	Майже повна відсутність знань
1/1	Випадкові правильні відповіді
0/0	Відсутність знань, завдання не виконано

Для отримання позитивного результату необхідно набрати не менше 60% правильних відповідей. Результати нижчі цього порогу вважаються незадовільними та не зараховуються як успішне виконання модульного контролю.

Здобувач вищої освіти має право на дві спроби складання модульної контрольної роботи: перша – у межах основного навчального процесу, друга – у разі необхідності повторного проходження для підвищення результату або у випадку технічних чи організаційних причин, що вплинули на виконання першої спроби.

Підсумковий результат модульного контролю враховується при визначенні рейтингової оцінки з дисципліни та є складовою загальної системи поточного і семестрового контролю знань.

Політика щодо дедлайнів та перескладання: У випадку пропуску заняття з поважних причин здобувач зобов'язаний виконати контрольну роботу за відповідною темою у позанавчальний час за погодженням з викладачем. Перескладання відбувається із дозволу деканату за наявності поважних причин.

Політика щодо академічної доброчесності: під час опанування навчальної дисципліни категорично не припускаються будь-які види порушень академічної доброчесності з боку як здобувачів вищої освіти, так й викладача. У разі виявлення та фіксації будь-якого виду порушення академічної доброчесності, до порушника будуть застосовані санкції, передбачені Законом України «Про академічну доброчесність» та внутрішніми нормативними документами Одеського національного університету імені І. І. Мечникова.

Політика щодо використання штучного інтелекту: в ході опанування цієї навчальної дисципліни забороняється оприлюднення текстів, зображень, моделей, даних, інших результатів, згенерованих штучним інтелектом, як результатів власної академічної та навчальної діяльності, якщо це не дозволено умовами навчального завдання, а сам цей факт не зазначено в навчальному завданні чи супровідних матеріалах до нього. Під час проходження підсумкового оцінювання використання ресурсів штучного інтелекту забороняється.

11. ПИТАННЯ ДЛЯ ПІДГОТОВКИ ДО ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ

1. Які існують підходи при визначенні терміну "екологія людини"?
2. Яке визначення екології людини дає Н.Ф. Реймерс?
3. Які існують синоніми для терміну «екологія людини»?
4. На яких галузях наукових знань базується екологія людини?
5. Які основні методи антропоекологічних досліджень виділяє Б.Б. Прохоров?
6. Що є основним принципом екології людини? В чому його суть?
7. Як виглядає сучасна структура екології людини?
8. Які фактори є найважливішими при дослідженні конкретних умов існування людини?
9. Які основні аспекти екології людини безпосередньо визначають умови її існування?
10. Яке визначення здоров'я надає ВООЗ?
11. Які існують рівні дослідження поняття здоров'я?
12. Від яких факторів і в якій питомій вазі, згідно із сучасним уявленням, залежить здоров'я людини?
13. За якими ознаками можна характеризувати здоров'я людини?
14. У чому суть медичної (функціональної), біологічної, біосоціальної, ціннісної та інтегральної моделей здоров'я?
15. Які дві великі групи показників можна використовувати для характеристики здоров'я на суспільному рівні?
16. Яка роль демографічної статистики у визначенні здоров'я людини?
17. Яка роль медичної статистики у визначенні здоров'я людини?
18. Які основні показники медичної статистики використовують для характеристики здоров'я на суспільному рівні?
19. Наскільки об'єктивною є характеристика здоров'я людини за допомогою показників медичної статистики?
20. Як саме оцінюється здоров'я на колективному рівні?
21. Як здійснюється оцінка здоров'я на індивідуальному рівні?
22. За допомогою якого критерію можна характеризувати здоров'я особистості?
23. Як здійснюється оцінка психічного здоров'я людини?
24. Яка існує всесвітня організація з питань здоров'я? У чому полягає її роль?
25. Що розуміють під адаптацією?
26. Що таке генотипічна і фенотипічна адаптація?
27. Що таке стрес й стрес-фактор за визначенням Г. Сельє?
28. Які фази адаптації виділив Г. Сельє?
29. Що таке еустрес і дистрес?
30. Що таке "ціна" адаптації?
31. Які наслідки має стрес для людини?
32. Від яких основних факторів залежить протікання адаптації?
33. Які існують правила адаптації? У чому полягає їх суть?
34. Що таке гіпоксія, яка її роль адаптації та дезадаптації?

35. Які види гіпоксії виділяють за класифікацією Баркрофта і Ван-Слайка?
36. Які можуть бути наслідки гіпоксії для організму людини?
37. Як пов'язано із гіпоксією протікання утворення вільних радикалів?
38. Які існують основні різновиди захворювань людини?
39. У чому полягає їх зв'язок із впливом факторів навколишнього середовища?
40. Які захворювання виникають внаслідок дисбалансу мікроелементів в організмі?
41. У вигляді яких захворювань проявляється негативний вплив факторів довкілля на організм людини?
42. Які групи людей слід вважати найбільш чутливими до негативного впливу факторів довкілля на організм людини?
43. Які виділяють групи харчових факторів?
44. У чому полягає роль різних складових їжі для організму людини?
45. Як можна охарактеризувати значення для людини біологічно активних компонентів? 8. Що таке харчові добавки?
46. Які існують класифікації технологічних харчових добавок?
47. У чому небезпека використання харчових добавок?
48. Що таке біологічно активні добавки?
49. У чому полягають негативні наслідки використання біологічно активних добавок?
50. Що таке ГМО? У чому полягають негативні наслідки використання ГМО?
51. Як відрізняється атмосфера в жиллому середовищі від зовнішнього повітря?
52. Які забруднювальні речовини відносять до основних у повітрі приміщень? У чому полягає їх негативний вплив на людину?
53. Яку роль з точки зору екології людини відіграють вологість повітря, запахи, мікроорганізми і грибки в помешканні?
54. У чому полягають наслідки використання побутової хімії?
55. Що таке біоритми та які ритми в організмі людини ви знаєте?
56. Які наслідки має для людини недотримання або порушення добового ритму?
57. Що таке сезонна депресія? Чим вона зумовлена?
58. Як сезонний фактор може впливати на суїцидальну поведінку людини?
59. У чому полягає сезонна складова смертності людини?
60. Як ландшафти та метеоумови впливають на настрій і поведінку людини?

12. РОЗПОДІЛ БАЛІВ, ЯКІ ОТРИМУЮТЬ ЗДОБУВАЧІ

Поточний та періодичний контроль							Сума балів
Змістовий модуль 1			Змістовий модуль 2				
T1	T2	T3 Модульний контроль № 1	T4	T5	T6	T7 Модульний контроль №2	
1	13 (1+12)	29 (1+8+20)	13 (1+12)	10 (1+9)	1	33 (1+12++20)	100

*T1, T2 ... T7 – теми змістових модулів

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	A	відмінно	зараховано
85-89	B	добре	
75-84	C		
70-74	D	задовільно	
60-69	E		
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов’язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов’язковим повторним вивченням дисципліни

Критерії оцінювання результатів навчання:

Оцінка за національною шкалою та відсоток від максимальної кількості балів	Теоретична підготовка	Практична підготовка
	Здобувач освіти	
Відмінно (90-100% від максимальної кількості балів)	у повному обсязі володіє навчальним матеріалом, вільно, самостійно та аргументовано його викладає під час усних виступів та письмових відповідей; глибоко та всебічно розкриває зміст теоретичних питань, використовуючи при цьому нормативну, обов'язкову та додаткову літературу; робить самостійні висновки, виявляє причинно-наслідкові зв'язки; самостійно знаходить додаткову інформацію та використовує її для реалізації поставлених перед ним завдань. Здобувач здатен виділяти суттєві ознаки вивченого за допомогою операцій синтезу, аналізу, виявляти причинно-наслідкові зв'язки, формувати висновки і узагальнення, вільно оперувати фактами та відомостями.	глибоко та всебічно розкриває сутність практичних/розрахункових завдань, використовуючи при цьому нормативну, обов'язкову та додаткову літературу; може аргументовано обрати раціональний спосіб виконання завдання й оцінити результати власної практичної діяльності; виконує творчі завдання та ініціює нові шляхи їх виконання; вільно використовує набуті теоретичні знання при аналізі практичного матеріалу; проявляє творчий підхід до виконання індивідуальних та колективних завдань при самостійній роботі.
Добре (75-89% від максимальної кількості балів)	достатньо повно володіє навчальним матеріалом, обґрунтовано його викладає під час усних виступів та письмових відповідей, використовуючи при цьому нормативну та обов'язкову літературу; при представленні деяких питань не вистачає	правильно вирішив більшість розрахункових /тестових завдань за зразком; має стійкі навички виконання завдання

	достатньої глибини та аргументації, застосовує знання для розв'язання стандартних ситуацій; самостійно аналізує, узагальнює і систематизує навчальну інформацію, але допускаються при цьому окремі несуттєві неточності та незначні помилки.	
Задовільно (60-74% від максимальної кількості балів)	володіє навчальним матеріалом на репродуктивному рівні або відтворює певну частину навчального матеріалу з елементами логічних зв'язків, знає основні поняття навчального матеріалу; має ускладнення під час виділення суттєвих ознак вивченого; під час виявлення причинно-наслідкових зв'язків і формулювання висновків.	може використовувати знання в стандартних ситуаціях, має елементарні, нестійкі навички виконання завдання. Правильно вирішив половину розрахункових/тестових завдань. Здобувач має ускладнення під час виділення суттєвих ознак вивченого; під час виявлення причинно-наслідкових зв'язків і формулювання висновків.
Не задовільно з можливістю повторного складання (35-59% від максимальної кількості балів)	володіє навчальним матеріалом поверхово й фрагментарно (без аргументації та обґрунтування); безсистемно виокремлює випадкові ознаки вивченого; не вміє робити найпростіші операції аналізу і синтезу; робити узагальнення, висновки; під час відповіді допускаються суттєві помилки	недостатньо розкриває сутність практичних завдань, допускаючи при цьому суттєві неточності, правильно вирішив окремі розрахункові/тестові завдання за допомогою викладача, відсутні сформовані уміння та навички.
Не задовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни (0-34% від максимальної кількості балів)	не володіє навчальним матеріалом	виконує лише елементи завдання, потребує постійної допомоги викладача

13. МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

1. Грабко Н.В. Робоча програма навчальної дисципліни «Екологія людини» для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти спеціальності 101 – Екологія.
2. Грабко Н.В. Силлабус навчальної дисципліни «Екологія людини» для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти спеціальності 101 – Екологія.
3. Грабко Н.В. Екологія людини: конспект лекцій. Одеса: ОДЕКУ, 2019. 116 с.
4. Грабко Н.В. Методичні вказівки до практичних занять з навчальної дисципліни «Екологія людини» для студентів денної та заочної форми навчання, рівень вищої освіти «бакалавр». Одеса: ОДЕКУ, 2020. 78 с.

14. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Основна

1. Грабко Н.В. Екологія людини: конспект лекцій. Одеса: ОДЕКУ, 2019. 116 с.
2. Грабко Н.В. Методичні вказівки до практичних занять з навчальної дисципліни «Екологія людини» для студентів денної та заочної форми навчання, рівень вищої освіти «бакалавр». Одеса: ОДЕКУ, 2020. 78 с.
3. Ситнікова І.О., Филипчук Т.В. Екологія людини: теорія і практика: навч. посібник. Чернівці: Чернівецький національний університет ім. Ю. Федковича, 2022. 248 с.
4. Соломенко Л.І. Екологія людини: навч. посіб. Київ: «Центр учбової літератури», 2016. 120 с.
- 5.

Додаткова

1. Гавриленко О.П., Циганок Є.Ю. Екологія людини: навчальний посібник. Київ: ПВТП «LAT&K», 2020. 286 с.
2. Гігієна та екологія: підручник / За заг. ред. В. Г. Бардова. Вінниця: Нова Книга, 2020. 472 с.
3. Боярчук О.Д., Грищук А.В., Грановський О.Е. Екологія людини: навч. посіб. Полтава: Вид-во ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка», 2024. 110 с.
4. Крайнюков О.М., Некос А.Н., Білецька Я.О. Екологічна безпека продуктів харчування: навчальний посібник. Харків: ХНУ імені В.Н. Каразіна, 2023. 120 с.
5. Даниляк О., Маринець С.-А., Заячківська О. Еволюція знань про стрес: від Ганса Сельє до сучасних досягнень. *Праці НТШ Мед. Науки*. 2016. Т. XLV. С. 27–40.
6. Грабко Н.В. Колісник А.В. Екологічні фактори впливу на смертність населення Одеської області. *Український гідрометеорологічний журнал*. 2024. № 33. С. 115-124.
7. Грабко Н.В., Колісник А.В. Попередня оцінка ролі певних метеорологічних і біометеорологічних умов у формуванні смертності від COVID-19 в Одеській області. *Екологічні науки*. 2024. № 52, Т. 2. С. 129-134.
8. Грабко Н.В. Вовкодав Г.М. Оцінка безпеки харчових продуктів (на прикладі копчених, напівкопчених і сиров'ялених ковбас) щодо вмісту в їх складі харчових добавок. *Екологічні науки*. 2024. № 52, Т. 2. С. 123-128.
9. Грабко Н.В., Вовкодав Г.М. Екологічні аспекти використання деяких засобів особистої гігієни людини. *Збалансоване природокористування*. 2023. № 3. С. 129-136.
10. Grabko N., Vovkodav G., Krutiy A.-V. Assessment of the composition of some personal hygiene (on the example of shampoos) regarding the negative effect on the human body. *Збалансоване природокористування*. 2021. № 2. С. 72-79.

11. Грабко Н.В. Сезонна складова ризику смертності населення України від хвороб системи кровообігу. *Український гідрометеорологічний журнал*. 2026. № 36. С. 139 – 147.

15. ЕЛЕКТРОННІ ІНФОРМАЦІЙНІ РЕСУРСИ

1. Наукова бібліотека ОНУ імені І.І. Мечникова. URL: <http://lib.onu.edu.ua>
2. Наукова періодика України. Сторінка відкритого доступу Національної бібліотеки України ім. В.І. Вернадського. URL: <http://www.nbuv.gov.ua/portal>.
3. Репозитарій факультету гідрометеорології і екології. URL: <http://eprints.onu.edu.ua/>
4. Державна служба статистики України. Головне управління статистики в Одеській області. URL: <https://www.od.ukrstat.gov.ua/>