

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО

Кафедра біохімії та гігієни

СИЛАБУС КУРСУ

ГІГІЄНА У ЕРГОТЕРАПІЇ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ

Освітній ступінь - бакалавр

Галузь знань: 22 охорона здоров'я

Спеціальність: 227 фізична терапія та ерготерапія

Освітньо-кваліфікаційна програма

Кількість кредитів – 3

Рік підготовки, семестр 1 рік, 1 семестр

Компонент освітньої програми: нормативна

Дні занять: згідно розкладу

Консультації: згідно розкладу (Головний корпус ЛДУФК, ауд. 303).

Мова викладання: українська

Керівник курсу: доц. Шавель Х.Є.

Контактна інформація тел. 260-32-58, e-mail: biolog@ldufk.edu.ua

Опис дисципліни

Навчальна дисципліна «Гігієна у ерготерапії та реабілітації» передбачає можливість створити у студентів уявлення про значення і роль гігієни в системі підготовки фахівців з ерготерапії та реабілітації, використанні засобів для прискорення відновлення фізичної працездатності після різноманітних травм та ушкоджень, залучаючи природні та гігієнічні чинники зовнішнього середовища, знаючи гігієнічні вимоги до лікувально-профілактичних та санаторно-курортних закладів, використовуючи раціональне харчування, що сприятиме збереженню здоров'я та подовженню життя людей.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен **знати:** методи досліджень, які використовуються у гігієні; гігієнічні особливості впливу факторів зовнішнього середовища на організм людей; питання особистої гігієни та режиму дня; принципи та методи загартовування; гігієнічні особливості фізичного виховання дітей, підлітків, осіб середнього, старшого та похилого віку; гігієнічні вимоги до лікувально-профілактичних та санаторно-курортних закладів; гігієнічні особливості раціонального харчування; використання засобів відновлення працездатності при тих чи інших порушеннях; причини виникнення інфекційних захворювань та харчових отруєнь, заходи їх профілактики. **вміти:** визначати температуру, вологість, атмосферний тиск та швидкість руху повітря; визначати органолептичні властивості води, її хімічний склад; давати гігієнічну оцінку лікувально-профілактичним та санаторно-курортним закладам; проводити оцінку ефективності загартовуючих процедур; проводити санітарно-гігієнічне обстеження різних приміщень; визначати енергетичні витрати людей таблично-хронометражним методом; визначати хімічний склад та калорійність добового раціону харчування людей за даними меню-розгортки; давати гігієнічну оцінку повноцінності добового раціону харчування та рекомендації щодо його корекції; вміти оцінювати фізичний розвиток дітей та підлітків; проводити гігієнічну оцінку режиму дня дітей та підлітків.

Навчальний компонент

	Теми	Результати навчання
1.	Вступ у гігієну. Гігієна зовнішнього середовища (повітря, води, ґрунту).	Знати: методи досліджень, які використовуються у гігієні; гігієнічні особливості впливу факторів зовнішнього середовища на організм людини.
2.	Гігієнічні основи раціонального харчування.	Знати: гігієнічні особливості раціонального харчування; основні складові частини їжі, їх гігієнічну характеристику.
3.	Здоров'язберігаючі заходи.	Знати: методики та принципи загартовування; особливості загартовування дітей та підлітків; методики оцінки ефективності загартовуючих процедур; про оптимальний руховий режим як основу збереження здоров'я дітей; гігієнічну оцінку режиму дня дітей шкільного віку; гігієнічні особливості добового режиму школяра; поняття про здоровий спосіб життя, його складові.
4.	Втома та засоби відновлення працездатності людини.	Знати: поняття про втому, шляхи її діагностики; групи засобів відновлення працездатності людини.
5.	Інфекційні захворювання, харчові отруєння, гельмінтози. профілактика їх виникнення.	Знати: причини виникнення інфекційних захворювань, харчових отруєнь, гельмінтозів, їх ознаки, заходи щодо їх профілактики.
6.	Визначення температури повітря та атмосферного тиску, їх гігієнічна оцінка.	Знати: гігієнічне значення температури повітря та атмосферного тиску, одиниці їх вимірювання, прилади для цього, гігієнічні норми, вплив на організм людини.
7.	Визначення вологості та швидкості руху повітря, їх гігієнічна оцінка.	Знати: гігієнічне значення вологості та швидкості руху повітря, одиниці їх вимірювання, прилади для цього, гігієнічні норми та вплив на організм людини.
8.	Визначення органолептичних	Знати: методики визначення органолептичних властивостей води.

властивостей води.

9.	Визначення хімічного складу води та гігієнічна оцінка бактеріального забруднення води.	Знати: методики визначення хімічного складу води, показники бактеріального забруднення води, їх норми.
10.	Визначення енергетичних витрат спортсменів таблично-хронометражним методом та їх оцінка.	Знати: класифікацію енергетичних витрат, методику їх визначення таблично-хронометражним методом, оцінку результатів.
11.	Визначення хімічного складу і калорійності добового раціону харчування спортсменів (за даними меню-розгортки).	Знати: суть методики визначення хімічного складу і калорійності добового раціону харчування людини з використанням меню-розгортки.
12.	Гігієнічна оцінка повноцінності добового раціону харчування, розробка рекомендацій щодо раціоналізації харчування.	Знати: основні положення гігієнічної оцінки повноцінності добового раціону харчування.
13.	Оцінка фізичного розвитку дітей та підлітків.	Знати: ознаки фізичного розвитку дітей та підлітків; суть методик оцінки фізичного розвитку.
14.	Гігієнічна оцінка місць проведення занять з терапії та реабілітації.	Знати: гігієнічні вимоги до різних приміщень, де проводять заняття з терапії та реабілітації; гігієнічні вимоги до освітлення; одиниці його вимірювання, принцип роботи люкметра; суть методики гігієнічної оцінки освітлення у різних приміщеннях.
15.	Методики та принципи загартовування; особливості загартовування дітей та підлітків. Методика оцінки ефективності загартовуючих процедур.	Знати: принципи загартовування, особливості загартовування повітрям, сонячними променями, водою; методику проведення та результати оцінки холодової проби.

Формування програмних компетентностей

ІК. Здатність вирішувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми, пов'язані з фізичною терапією та ерготерапією для покращення

функціонального стану та здоров'я загалом, що характеризуються комплексністю із застосуванням положень, теорій та методів медикобіологічних, соціальних, психолого-педагогічних наук. Підвищення рівня рухової активності у населення різного віку та з різними захворюваннями і порушеннями у контексті персональних факторів, факторів зовнішнього середовища та оточення.

ЗК 1. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.

ЗК 2. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

ЗК 3. Навички міжособистісної взаємодії.

ЗК 4. Здатність працювати в команді.

ЗК 10. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.

ЗК 11. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.

ЗК 12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях

ФК 2. Здатність аналізувати будову, нормальний та індивідуальний розвиток людського організму та його рухові функції.

ФК 4. Здатність враховувати медичні, психологопедагогічні, соціальні аспекти у практиці фізичної терапії, ерготерапії.

ПРН 1. Демонструвати готовність до зміцнення та збереження особистого та громадського здоров'я шляхом використання рухової активності людини та проведення роз'яснювальної роботи серед пацієнтів/клієнтів, членів їх родин, медичних фахівців, а також покращенню довкілля громади.

ПРН 4. Застосовувати у професійній діяльності знання біологічних, медичних, педагогічних та психосоціальних аспектів фізичної терапії та ерготерапії.

Літературні джерела

Базові

1. Гігієна у фізичній реабілітації: підручник / К.О. Пашко, Д.В. Попович, О.В. Лотоцька та ін. — Тернопіль : ТДМУ, 2019. — 360 с.
2. Загальна гігієна: Посібник для практичних занять / За заг. ред. Даценко І. І. Л. : Світ, 2001. — 472 с.
3. Пушкар М. П. Основи гігієни / М. П. Пушкар. — К. : Олімпійська література, 2004. — 92 с.
4. Свистун Ю. Д. Гігієна фізичного виховання і спорту: [посіб для вищ. навч. Закл. III-IV рівня акредитації у галузі фіз. виховання і спорту] / Свистун Ю. Д., Гурінович Х. Є. — Львів: НФВ «Українські технології», 2010. — 342 с.
5. Свистун Ю.Д. Гігієна та гігієна спорту: [підручник для вищ. навч. закл.] / Свистун Ю. Д., Лаптев О.П., Полієвський С.О., Шавель Х. Є. — Львів: НФВ «Українські технології», 2014. — 302 с.
6. Шавель Х.Є. Лабораторний практикум з гігієни фізичного виховання і спорту / Шавель Х.Є., Свистун Ю.Д., Тимочко-Волошин Р.І., Борецький Ю.Р. Л.: Растр-7, 2022. — 188 с.

Допоміжні

1. Гігієна та екологія: Підручник / За заг. ред. В.Р.Бардова. — Вінниця: Нова книга, 2006. — 720 с.
2. Гігієна харчування з основами нутриціології: Підручник; У 2 кн. / За заг. ред. В.І. Ципріяна. — К.: Медицина, 2007. — 528 с.
3. Загальна гігієна: Посібник для практичних занять / За заг. ред. Даценко І. І. — Л. : Світ, 2001. — 472 с.

Інформаційні ресурси

Сайт ЛДУФК ім. І. Боберського (репозитарій)

Політика оцінювання

Згідно до відповідних положень, що діють у ЛДУФК ім. Івана Боберського.

Зараховуються бали, набрані при поточному опитуванні, індивідуальних роботах, бали підсумкового контролю. Враховується відвідування студентами лекцій та лабораторних занять, ведення ними конспектів та ходу виконання лабораторних робіт. Недопустимо: пропуски та запізнення на заняття; користування мобільними телефонами чи іншими мобільними пристроями під час занять (окрім випадків, передбачених навчальним планом чи рекомендаціями викладача); списування, несвоєчасність виконання завдань (окрім відсутності з поважних причин); наявність незадовільних оцінок за 50% та більше з даного теоретичного та практичного матеріалу.

Оцінювання

Оцінювання проводиться за 100-бальною шкалою.

Теми, винесені на їх здачу оцінюються по 10 балів кожна (7 тем), індивідуальна робота – 10 балів, ведення зошита з предмета – 15 балів, відвідування – 5 балів. Підсумкова максимальна кількість балів на заліку – 100

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
82-89	B	добре	
75-81	C		
68-74	D	задовільно	
61-67	E		

35-60	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