



СИЛАБУС ДИСЦИПЛІНИ «Промоція здорового харчування»

Ступінь вищої освіти - Магістр
Спеціальність 181 Харчові технології
Освітня програма «Нутриціологія»

Рік навчання 2 семестр 3
Форма навчання заочна
Кількість кредитів ЄКТС 4
Мова викладання українська

Лектор курсу

Контактна інформація
лектора (e-mail)

Сторінка курсу в eLearn

к. мед. н., доцент Мартинчук Олександр Аркадійович

0503857027

pilipchuk_os@ukr.net

<https://elearn.nubip.edu.ua/course/view.php?id=4085>

ОПИС ДИСЦИПЛІНИ

Метою дисципліни «Промоція здорового харчування» є формування у здобувачів освіти осмисленого та відповідального відношення до свого здоров'я через засвоєння сучасних наукових знань про здоров'я та здоровий спосіб життя, традиційних та інноваційних технологій, моделей оздоровлення особистості; формування основ особистісної фізичної культури та навичок здоров'язбережувальної поведінки, як умови ефективної навчально-професійної діяльності і узагальненого показника професійної культури майбутнього спеціаліста.

Предмет вивчення навчальної дисципліни є ефективне формування здорового способу життя, а також збереження та зміцнення власного здоров'я шляхом вдосконалення умов життєдіяльності індивіда на основі валеологічного виховання.

Завдання: дисципліни є вивчити основи життєдіяльності людини та здорового способу життя; дати уявлення про методи та способи, які зберігають та укріплюють здоров'я; розглянути фактори, які порушують здоров'я та головні прийоми та методи реабілітації людини; сформувати розуміння сутності культури, культури здоров'я та здорового способу життя; сформувати мотивацію до збереження здоров'я як найвищої цінності, як необхідної умови особистісного та професійного розвитку; виховати потребу в реальній оздоровчій практиці по засвоєнню цінностей фізичної культури, їх активного творчого використання для досягнення життєвих та професійних цілей, сформувати вміння самостійно розробляти програми індивідуального оздоровлення, спрямовані на профілактику, корекцію слабких ланцюгів особистого здоров'я, підтримку та розвиток ресурсів організму.

Освітній компонент «Промоція здорового харчування» є вибірковим (цикл спеціальної підготовки).

У результаті вивчення освітнього компоненту здобувачі вищої освіти оволодіють такими **компетентностями:**

інтегральна: здатність розв'язувати задачі дослідницького та/або інноваційного характеру у сфері харчових технологій;

загальні компетентності: - здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел; здатність діяти соціально відповідально та свідомо.

спеціальні (фахові, предметні) компетентності: здатність планувати і виконувати наукові дослідження з урахуванням світових тенденцій науково-технічного розвитку галузі; здатність розробляти програми ефективного функціонування підприємств харчової промисловості та/або закладів ресторанного господарства відповідно до прогнозів розвитку галузі в умовах глобалізації; здатність презентувати та обговорювати результати наукових досліджень і проектів; здатність комерціалізувати інноваційні розробки; здатність прогнозувати подальший розвиток харчової галузі в умовах глобалізації економічного розвитку суспільства.

СТРУКТУРА КУРСУ

Тема	Години (лекції/ лабораторні/ самостійні)	Результати навчання	Завдання	Оцінювання
3 семестр				
Модуль 1. Основи здорового способу життя				40
<p>Тема 1. Всесвітні тенденції розвитку в сфері здоров'я людини. Фізичне виховання як складова частина здорового способу життя особистості.</p>	2/2/15	<p>Знати: нормативні документи «Основи законодавства України з охорони здоров'я». Нові моделі надання медичної допомоги для покращення доступності та забезпечення прийнятої вартості таких послуг. Глобальні проблеми охорони здоров'я у III тисячолітті.</p>	<p><i>Підготовка до лекцій (попереднє ознайомлення з презентацією та лекцією в eLearn).</i></p> <p><i>Виконання та здача лабораторно і роботи.</i></p>	<p><i>Виконання та здача лабораторних робіт – зараховано.</i></p> <p><i>Модульна тестова робота в eLearn.</i></p>
<p>Тема 2 Значення фізичного виховання і спорту, системи освіти і охорони здоров'я у збереженні здоров'я людей.</p>	-/-/30	<p>Знати: фізичну культуру та спорт як частина загальної культури. Спеціальні та етичні функції фізичної культури і спорту. Основні аспекти виховання фізичної культури особистості. Фізична культура і спорт як засоби збереження та зміцнення здоров'я людини. Функціональна активність людини та взаємозв'язок фізичної і розумової діяльності. Особливості фізичної реабілітації дітей з особливими освітніми потребами.</p>	<p><i>Виконання самостійної роботи (завдання в методичних рекомендаціях та eLearn).</i></p> <p><i>Підготовка та написання модульної контрольної роботи (тестова - в eLearn).</i></p>	<p><i>Самостійна робота – згідно з журналом оцінювання в eLearn.</i></p>
<p>Тема 3. Фізичні вправи та функціональні резерви людини. Харчування, шкідливі звички та здоров'я</p>	2/2/15	<p>Знати: технологію оздоровчо-рекреаційної рухової активності. Спортивна діяльність як форма організованої рухової активності. Структура і зміст фітнес-програм, технології впровадження серед населення. Технології рухової активності аеробної спрямованості.</p>		

Модуль 2 Культура здоров'я				30
Тема 4. Сучасні тенденції в розвитку здоров'я шкільної та студентської молоді.	2/2/15	Знати: сучасні тенденції в розвитку здоров'я дитячого населення. Аномальний розвиток дітей, потреби і можливості цієї категорії населення.	<i>лекцій (попереднє ознайомлення з презентацією та лекцією в eLearn). Виконання та здача лабораторної роботи.</i>	<i>Виконання та здача лабораторних робіт – зараховано.</i>
Тема 5. Організація оздоровчого фізичного виховання у сім'ї.	-/-/33	Знати: медико-гігієнічні технології; технології забезпечення безпеки життєдіяльності; здоров'язберігаючі освітні (педагогічні) технології; фізкультурно-оздоровчі технології.	<i>Виконання та здача лабораторної роботи.</i> <i>Виконання самотійної роботи (завдання в методичних рекомендаціях та eLearn).</i> <i>Підготовка та написання модульної контрольної роботи (тестова - в eLearn).</i>	<i>Модульна тестова робота в eLearn.</i> <i>Самостійна робота – згідно з журналом оцінювання в eLearn.</i>
Всього за семестр	6/6/108	-	-	<i>70 100*0,7 (максимум 70 балів)</i>
Екзамен				30
Всього за курс				100

ПОЛІТИКА ОЦІНЮВАННЯ

<i>Політика щодо дедлайнів та перескладання:</i>	Студент повинен здавати усі роботи в заплановані терміни до закінчення вивчення поточного модуля. Роботи, що здаються з порушенням термінів без поважних причин оцінюються на нижчу оцінку. Перескладання модульної контрольної роботи відбувається за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний) і дозволяється в термін до закінчення наступного модуля).
<i>Політика щодо академічної доброчесності:</i>	Списування, використанні мобільних девайсів, додаткової літератури під час модульних контрольних робіт, заліків та екзаменів заборонено. Письмові роботи, реферати повинні мати коректні текстові посилання на використану літературу.
<i>Політика щодо відвідування:</i>	Відвідування лекційних та лабораторних занять є обов'язковим для всіх студентів. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, міжнародне стажування) навчання може відбуватись згідно з індивідуальним навчальним планом, затвердженим у визначеному порядку. Пропущені лекції, після їх опрацювання здобувачем вищої освіти, відпрацьовуються у вигляді співбесіди з викладачем або в он-лайн формі. Пропущені лабораторні заняття відпрацьовуються студентами в лабораторії кафедри.

ШКАЛА ОЦІНЮВАННЯ СТУДЕНТІВ

Рейтинг здобувача вищої освіти, бали	Оцінка національна за результати складання екзаменів заліків	
	екзаменів	заліків
90-100	відмінно	зараховано
74-89	добре	
60-73	задовільно	
0-59	незадовільно	не зараховано