

**Перелік вибіркових дисциплін
ОР бакалавр**

Назва кафедри	Громадського здоров'я та медико-біологічних основ фізичної культури
Назва дисципліни	Гігієна
Загальна кількість кредитів (годин)	4 кредити (120 год.)
Курс та півріччя, де починається дисципліна	3 курс, 5 семестр
Кількість семестрів, протягом яких вивчається дисципліна	1 семестр (5)
Форма навчання, для якої дисципліна пропонується	Денна/заочна
Попередні умови	Вивчення дисциплін: Анатомія людини Фізіологія людини Безпека життєдіяльності
Назви спеціальностей, для яких пропонується вивчення дисципліни	для всіх спеціальностей університету
Короткий опис дисципліни	<p>Вивчення дисципліни «Гігієна» передбачає формування знань в галузі санітарії та гігієни для підвищення стійкості організму до несприятливих факторів довкілля, втілення в життя необхідних санітарно-профілактичних заходів, спрямованих на збереження здоров'я, ведення здорового способу життя, забезпечення раціонального харчування, застосування гігієнічних факторів з метою підвищення працездатності залежно від вікових і статевих особливостей організму.</p> <p>Завдання курсу</p> <p>Теоретичні:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сформулювати уявлення про методи досліджень, які використовуються у санітарії та гігієні; - сформулювати уявлення про санітарно-гігієнічні особливості впливу факторів зовнішнього середовища на організм людини; - сформулювати знання з питань особистої гігієни та режиму дня; - сформулювати знання про гігієнічні особливості раціонального харчування; - сформулювати знання про причини виникнення інфекційних захворювань та харчових отруєнь, заходи щодо їх профілактики. <p>Практичні:</p> <ul style="list-style-type: none"> - визначати температуру, вологість, атмосферний тиск та швидкість руху повітря в приміщенні та спортивних спорудах; - визначати органолептичні властивості води, її хімічний склад; - визначати вміст CO₂ у повітрі критичних приміщень; - проводити оцінку ефективності загартовувальних процедур; - проводити санітарно-гігієнічне обстеження спортивних споруд та приміщень праці; - визначати енергетичні витрати людини таблично-хронометражним методом;

	<ul style="list-style-type: none">– визначати хімічний склад та калорійність добового раціону харчування за даними меню-розгортки та давати гігієнічну оцінку повноцінності добового раціону харчування та рекомендації щодо його корекції;– складати гігієнічні схеми відновлення працездатності в обраному виді спорту.
--	--