

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, 7 семестр
Кількість семестрів, протягом яких вивчається дисципліна	1 семестр (7)
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	Фізична культура 017 Фізична культура і спорт 227 Фізична терапія, ерготерапія
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><b>Завдання курсу</b></p> <p><b>Теоретичні:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сформулювати уявлення про методи досліджень, які використовуються у санітарії та гігієні;</li> <li>- сформулювати уявлення про санітарно-гігієнічні особливості впливу факторів зовнішнього середовища на організм людини;</li> <li>- сформулювати знання з питань особистої гігієни та режиму дня;</li> <li>- сформулювати знання про гігієнічні особливості раціонального харчування;</li> <li>- сформулювати знання про причини виникнення інфекційних захворювань та харчових отруєнь, заходи щодо їх профілактики.</li> </ul> <p><b>Практичні:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- визначати температуру, вологість, атмосферний тиск та швидкість руху повітря в приміщенні та спортивних спорудах;</li> <li>- визначати органолептичні властивості води, її хімічний склад;</li> <li>- визначати вміст CO<sub>2</sub> у повітрі критичних приміщень;</li> <li>- проводити оцінку ефективності загартовувальних процедур;</li> <li>- проводити санітарно-гігієнічне обстеження спортивних споруд та приміщень праці;</li> <li>- визначати енергетичні витрати людини таблично-хронометражним методом;</li> <li>- визначати хімічний склад та калорійність добового раціону харчування за даними меню-розгортки та давати</li> </ul>

	<p>гігієнічну оцінку повноцінності добового раціону харчування та рекомендації щодо його корекції; – скласти гігієнічні схеми відновлення працездатності в обраному виді спорту.</p>
--	--