

אורחות חיים

ד"ר שירן בורד

מטרות ומבנה הקורס: הבנת חשיבות אורחות החיים הן בהיבט הרחב של בריאות הציבור, והן עבור הפרט, והקניית ידע בתחומים מגוונים, הקשורים לאורח חיים בריא.

ציון עובר בקורס: 60

הרכב הציון הסופי:

תרגילים ומטלות לאורך הסמסטר - 20%

מבחן סופי - 80%

תוכנית הסמסטר

נושא	תאריך	
היכרות, הסבר על מטרות ודרישות הקורס, מושגי יסוד בתזונה	10.03.15	1.
קידום תזונה בריאה בילדות	17.03.15	2.
קידום תזונה בריאה בבגרות	24.03.15	3.
הקרנת סרט: "Super size me" מטלה: תרגיל להגשה על הסרט	31.03.15	4.
מושגי יסוד בפעילות גופנית	14.04.15	5.
קידום פעילות גופנית באוכלוסיות שונות	21.04.15	6.
תוכניות התערבות לקידום אורח חיים בריא	28.04.15	7.
התנהגויות סיכון לבריאות	05.05.15	8.
התנהגויות סיכון בקרב בני נוער	12.05.15	9.
חקיקה לקידום אורח חיים בריא	19.05.15	10.
מצגות סיום	26.05.15	11.
מצגות סיום	02.06.15	12.

מצגות סיום	09.06.15	.13
סיכום הקורס ודגשים למבחן	16.06.15	.14