

2018



CORRECT IT!

Corrective VET international training
for obesity prevention and healthy life style promotion

Intellectual Output 2. Correct IT – TRAINING CURRICULUM: Corrective VET, international training for obesity prevention and healthy life style promotion



Erasmus+

Disclaimer: The content of the present material represents the exclusive responsibility of the authors and the National Agency or the European Commission will not be held responsible for the manner in which, the Turinys of the information is used

1. MOKYMO PROGRAMOS KŪRIMO METODIKA

Correct IT mokymo programa buvo sukurta, remiantis Europos profesinio mokymo kreditų sistema ECVET ir Europos kvalifikacijų sąranga EQF.

Programos kūrimo žingsniai:



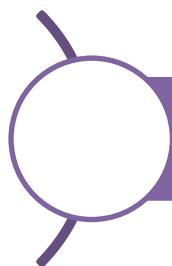
Correct IT Mokymo programos tikslas - Training Curriculum yra sukurti specialistams reikalingą sistemą, kad jie galėtų geriau įgyvendinti Correct IT programą savo organizacijose.

Mokymosi medžiaga bus sukurta 3+4 intelektiniuose produktuose, o metodologija – 5 intelektinis produktas.



Profesinių poreikių identifikavimas

Correct IT mokymo programos kūrimas grindžiamas pagrindiniais poreikiais, nustatytais pirmame projekto intelektiniame produkte, ataskaitoje „Sveika gyvensena ir nutukimo prevencijos gerosios praktikos pavyzdžiai“.



Mokymosi rezultatai

Mokymosi rezultatai (MR) yra teiginiai apie tai, ką besimokantysis žino, supranta ir geba daryti, baigęs mokymosi procesą, apibrėžti žinių, įgūdžių ir gebėjimų požiūriu. Europos kvalifikacijų sąrangos 4-6 lygmenyje mokymosi rezultatai, nustatyti **Correct IT** mokymo programai, atitinka sunkumus, sritis ir numatomą mokymosi lygį, būtent:

- MR yra glausti teiginiai, aiškiai ir nedviprasmiškai suformuluoti.
- MR yra parašyti būsimoju laiku ir prasideda aktyviu veiksmažodžiu, kuris tiksliausiai apibūdina faktinį ar pageidaujamą rezultatą ir aiškų elgesį, kurį galima išmatuoti. Apskritai, kiekvienam rezultatui struktūroje naudojamas tik vienas veiksmažodis, veiksmažodžiai yra tinkami tiek lygiui, tiek kryptčiai.
- MR aiškiai atspindi įvertinimo lygį.
- MR yra pastebimi ir išmatuojami. Besimokantys turi žinoti, ko tikimasi iš jų.
- MR sudaro sąlygas ir skatina taikyti įvairias vertinimo metodikas.

Veiksmažodžių pavyzdžiai

ŽINIOS	<i>Žinojimas arba supratimas</i>	<i>suskaičiuoti, apibūdinti, atkreipti, rasti, identifikuoti etiketę, sąrašą, atitikti, vardą, citatą, atšaukti, pakartoti seką, pasakyti, rašyti</i>
GEBĖJIMAI	<i>Žinių taikymas ir suvokimas</i>	<i>taikyti praktikoje, demonstruoti, parodyti, suplanuoti, projektuoti, eksploatuoti, surinkti, naudoti, statyti, paruošti, kurti, sudaryti, išdėstyti</i>

KOMPETENCIJOS	<i>Bendravimo įgūdžiai</i>	<i>parašyti, iliustruoti, pranešti, apibūdinti, aptarti, paaiškinti, išreikšti, peržiūrėti, kalbėti, pateikti, bendrauti</i>
	<i>Vertinimo įgūdžiai</i>	<i>pasirinkti, teisti, identifikuoti, vertinti, analizuoti, aiškinti, argumentuoti, pasirinkti, palyginti, pasiūlyti, įvertinti, išnagrinėti, suskirstyti į kategorijas</i>
	<i>Mokymosi įgūdžiai</i>	<i>įvertinti savo mokymąsi, tęsti, studijuoti, atlikti tolesnius tyrimus</i>
	<i>Atsakomybė</i>	<i>Bendradarbiauti, laikytis, tvarkyti, užtikrinti, atsakyti, atlikti užduotis, vadovauti, prižiūrėti, stebėti, įgalinti, tvarkyti, kurti, gaminti, atstovauti, patarti, derėtis, parduoti</i>

Pernelyg išsamiai ir siaurai apibrėžti mokymosi rezultatai, orientuoti vien tik į funkcines charakteristikas, rizikuoja nustatyti mokymosi proceso apribojimus ir gali trukdyti, o ne skatinti į mokinius orientuotą požiūrį, todėl tokie veiksmai gali būti "mokymo testas". Šiuo požiūriu į mokymąsi orientuoti metodai, kuriuos skatina **Correct IT** projektas, reikalauja, kad mokytojai / instruktoriai ir mokymų teikėjai galėtų savarankiškai apibrėžti mokymosi programas, kurias jie laiko būtinomis.

Kita vertus, kiekvienos programos mokymosi rezultatai yra aiškūs ir tikslūs, jei jie atlieka savo vaidmenį, užtikrinant vienodą pasiekimų lygį partnerystės šalyse - Rumunijoje, Lietuvoje, Portugalijoje, Italijoje, Norvegijoje. Priešingu atveju, **Correct IT** mokymo programa negali būti suvokiama kaip praktiškai svarbi apibrėžiant nacionalines mokymosi programas.

Apibendrinant, subalansuotas požiūris į mokymosi rezultatus apima ir didaktinę, ir reguliavimo perspektyvą, apimančią plačią rezultatų viziją kartu su išsamiu žinių, įgūdžių ir gebėjimų apibūdinimų rinkiniu, kuriuos reikia pasiekti ir parodyti vertinant. Toliau pateikiamas kontrolinis sąrašas, skirtas mokymosi rezultatų planavimui kuriant **Correct IT** mokymo programą:

- Ar MR pateikia turinio, instrukcijų ir vertinimo gaires?
- Ar jie apibrėžti ir aprašyti aiškiai ir suprantamai kalba?
- Ar jie skatina besimokančiųjų aktyvų dalyvavimą?
- Ar jie parodo pasiekimus per nustatytą laikotarpį ir ar gali įvertinti MR?

Projekto metodologijos esmė yra mišrus mokymasis. Mišrusis mokymas suteiks ryšį su realiomis situacijomis ir atsižvelgs į kiekvienos tikslinės grupės ypatingus poreikius, susijusius su globos savybėmis, darbo sąlygomis, pacientų tipais ir studentais, su kuriais jie bendrauja.

Mokymosi veiklos

Correct IT mokymo programą sudaro šeši moduliai. Ši mokymo programa skirta 150 valandų arba 6 ECVET kreditams (1 kreditas = 25 valandos). Šios valandos apima kontaktines / teorines valandas, / praktinius užsiėmimus, savarankiškas studijas ir užduotis / vertinimus, kaip siūloma žemiau:

Moduliai	Kontakt. val.	Virtual. Studijų val.	savarankiškos studijos	Įvertinimas	Viso	ECVET kreditai
1 Nutukimo ir sveikatos rizikos priežastys	4	10	9	2	25	1
2 Mitybos mokymas	4	10	9	2	25	1
3 Preventcinės strategijos	4	10	9	2	25	1
4 Fizinis aktyvumas	4	10	9	2	25	1
5 Gyvenimo stilius ir psichinė sveikata	4	10	9	2	25	1
6 Požiūrio kaita ir žiniasklaidos įtaka	4	10	9	2	25	1
Correct IT Mokymo programa	24	60	54	12	150	6

150 valandų pasiskirstymas gali būti persvarstytas atsižvelgiant į nacionalinius poreikius, kultūrines ypatybes ir mokytojų / instruktorių / mokymo teikėjų praktiką.

Mokymosi įvertinimas

Kiekvienam mokymosi rezultatui, susijusiam su **Correct IT** mokymo kursu, apibrėžiami skirtingi vertinimo metodai, tokie kaip mentorystė, nuolatinis vertinimas, žodinis / rašytinis atsakinėjimas, portfelis, praktinis pristatymas, projektas, dienoraštis, ataskaita ir t.t. kaip aprašyta kitame skyriuje.

2. CORRECT IT MOKYMO PROGRAMA

Pavadinimas	
Correct IT	
Correct IT profesinis rengimas, tarptautiniai mokymai nutukimo prevencijai ir sveikos gyvensenos skatinimui	
Siūlomas EQF lygis	Mokymų tipas
4-6	Klasėje/virtualus
Tikslinė grupė	
Profesionalai, mokytojai, įskaitant slauges, studentus, mokytojus ir vaikų darželių darbuotojus	
Patekimo reikalavimai	
Nėra	
Uždaviniai	
Sukurti specialias žinias, reikalingas įgyvendinti Correct IT modelį, ir praveisti mokymus ir keitimąsi gerąja praktika tarp tikslinės grupės	
Mokymo planas	
Unit 1: Nutukimo ir sveikatos rizikos priežastys	
Unit 2: Mitybos mokymas	
Unit 3: Prevencijos strategijos	
Unit 4: Fizinis aktyvumas	
Unit 5: Gyvenimo stilius ir psichinė sveikata	
Unit 6: Požiūrio kaita ir žiniasklaidos įtaka	
Mokymų val.	
Kontakt. val. = 24	
Virtual. studijos= 60	
Savarankiškos studijos = 54	
Įvertinimas = 12	
Viso val.	Viso ECVET kreditų
150	6

3. UNITS OF LEARNING OUTCOMES

Modulio pavadinimas:

1. Nutukimo ir sveikatos rizikos priežastys

Bendras tikslas, metodai ir resursai:

Tikslas: Suteikti Correct IT specialistams reikiamas žinias, įgūdžius ir gebėjimus geriau suvokti nutukimo prevenciją ir sveikos gyvensenos idėją.

Metodai: Paskaitos, prezentacijos, savarankiškos studijos, diskusijos, vaidmenų žaidimai, grupinės diskusijos, edukaciniai filmai, įsivertinimas.

Ištekliai: Video projektorius, popierius, vaizdo projektorius, pieštukai, įvertinimo anketos.

Turinys:

- Pagrindiniai veiksniai, lemiantys nutukimą:
 - elgesio veiksniai:
 - Medicininiai veiksniai:
 - socialiniai veiksniai
 - genetiniai veiksniai
- vaikų nutukimo simptomai
- Nutukimo diagnozė
- su nutukimu susiję rizikos veiksniai
 - sveikatos rizikos veiksniai:
 - psichologinis:
- Nutukimo sąnaudos visuomenei

Mokymosi rezultatai:

Žinios - mokymų pabaigoje besimokantysis žinos:

- žinoti pagrindinius veiksnius, kurie lemia nutukimą
- žinoti vaikų nutukimo simptomus
- žinoti Kūno masės indekso rodiklius
- suvokti su nutukimu susijusius rizikos veiksnius ir tai, kaip jie veikia vaikų gyvenimą
- susipažinti su sveikatos priežiūros sistemų nutukimo išlaidomis

Įgūdžiai - mokymų pabaigoje besimokantysis mokės:

- Nustatyti pagrindinius veiksnius, kurie lemia nutukimą konkrečiais atvejais
- Nurodyti vaikų nutukimo simptomus ir pasiūlykite tolesnę prevenciją
- Nustatyti diagnozę pagal Kūno masės indeksą
- Nustatyti rizikos veiksnius, susijusius su nutukimu
- Nurodyti sveikatos priežiūros sistemų kainas

Kompetencijos mokymų pabaigoje besimokantysis gebės:

- Siūlyti pagalbos informaciją apie pagrindinius veiksnius, kurie lemia nutukimą
- Konkrečiais atvejais pasiūlyti konsultacijas dėl vaikų nutukimo simptomų

-
- Diagnozuoti nutukimą, naudojant kūno masės indeksą
 - Mokyti klases ar asmenis apie rizikos veiksnius, susijusius su nutukimu
 - Įvertinti sveikatos priežiūros sistemų išlaidas, susijusias su nutukimu

Moduliui skirtos valandos:

Kontaktinės valandos= 4

Virtualaus darbo valandos= 10

Savarankiško darbo valandos= 9

Įvertinimo valandos=2

Viso mokymosi valandų:	Viso ECVET kreditų
25	1

Modulis bus pasiektas per:

- ☒ diskusijas
- ☒ praktiką
- ☒ prezentacijas
- ☒ grupinį darbą

Modulis bus įvertintas:

- ☒ nuolatinis vertinimas
- ☒ praktinis
- ☒ pristatymas

Šaltiniai

- *Correct IT- Intelektinis produktas 1. "Healthy lifestyle concept analysis and collection of good practices"*
- *Correct IT- Intelektinis produktas 2. Obesity prevention and healthy lifestyle curricula*
- *Correct IT- Intelektinis produktas 3. ICT materials for the online blended-learning Obesity prevention and healthy lifestyle skills*
- *Correct IT- Intelektinis produktas 4. Learning materials for face to face blended-learning obesity prevention and healthy lifestyle training course*
- *Correct IT- Intelektinis produktas 5. Methodology for VET trainers in obesity prevention and healthy lifestyle*
- *Correct IT- Intelektinis produktas 6. Online Platform and pilot the blended-learning training in obesity prevention and healthy lifestyle skills*
- http://www.who.int/dietphysicalactivity/childhood_why/en/
- <http://www.who.int/dietphysicalactivity/childhood/en/>
- http://www.who.int/dietphysicalactivity/childhood_what/en/
- <https://www.webmd.com/children/guide/obesity-children#1>
- <https://www.cdc.gov/obesity/childhood/causes.html>
- Chhatwal J, Verma M, Riar SK. Obesity among pre-adolescent and adolescents of a developing country (India) Asia Pac J Clin Nutr. 2004;13:231–5.
- Dan Perețianu, Cătălin Poiană, Gelu Onose, Echilibrul energetic și obezitatea 2009;290.
- Decaluwxe V, Breat C, Fairburn CG. Binge eating in obese children and adolescents. Int J Eat Disord. 2003;33:78–84.
- Ebbelling CB, Sinclair KB, Pereira MA, Garcia-Lago E, Feldman HA, Ludwig DS. Compensation for energy intake from fast food among overweight and lean adolescents. JAMA. 2004;291:2828–33.
- Moreno LA, Rodríguez G. Dietary risk factors for development of childhood obesity. Curr Opin Clin Nutr Metab Care. 2007;10:336–341.
- Onis M, de, Blössner M, Borghi E. Global prevalence and trends of overweight and obesity among preschool children. Am J Clin Nutr. 2010;92:1257–1264.
- Panjikaran ST, Kumari K. Augmenting BMI and Waist-Height Ratio for establishing more efficient obesity percentiles among school children. Indian J Community Med. 2009;34:135–9.

Modulio pavadinimas

2. Mitybos mokymas

Modulio tikslas, metodai ir ištekliai

Tikslas: Suteikti Correct IT specialistams reikiamas žinias, įgūdžius ir gebėjimus geriau suvokti nutukimo prevenciją ir sveikos gyvensenos idėją.

Metodai: Paskaitos, prezentacijos, savarankiškos studijos, diskusijos, pagrįstos atvejų tyrimais, vaidmenų žaidimai, grupinės diskusijos, edukaciniai filmai, savęs vertinimas

Ištekliai: Video projektorius, popierius, vaizdo projektorius, pieštukai, įvertinimo anketos.

Turinys

Maisto bei jo maistinių savybių sąvokų supratimas

- Pagrindiniai mitybos principai ir maisto grupės;
- energijos sąnaudos ir jų matavimas;
- Mitybos būklė ir jos įvertinimas; kūno sudėjimas ir matavimas
- Maistinės savybės: žmogaus kūno maistingosios medžiagos; maisto produktų maistingųjų medžiagų vertė.

Maisto komponentų vaidmuo organizme ir maisto funkcionavimas organizme

- energijos metabolizmo ir susijusių hormoninių signalų pagrindai;
- žarnyno mikrobiotika;
- Hidratacijos vaidmuo mityboje;
- vitaminų šaltiniai maisto produktuose, maisto papilduose ir jų būtinybei sveikatai;
- Cukrus ir saldiklius, baltymai ir amino rūgštys, tirpūs ir netirpūs pluoštai

Suformuokite gerus įpročius sveikai maitintis

- Bendrieji ir moksliskai pagrįsti teisingos informacijos apie maistą šaltiniai;
- maisto saugos pagrindai
- maisto produktų ženklavimas pagal ES reglamentą;
- Praktinis tinkamai ir neteisingai paruoštų maisto produktų etikečių įvertinimas;
- Seminaras: siūloma patobulinti ir paaiškinti papildomą maisto ženklavimą;

Neteisingų valgymo įpročių pasekmės ir prevencija

- Ekonominė ir politinė nutukimo sistema ir sveikos gyvensenos skatinimas;
- informacija apie medijos rinkodarą ir medžiojamųjų gyvūnų reklamą;
- tarptautinė teisė kovai su nutukimu ir sveiko gyvenimo būdo propagavimas.

Mokymosi rezultatai:

Žinios - mokymų pabaigoje besimokantysis žinos:

Suprasti maisto sąvoką, maistines savybes / vertybes

- Žinoti mitybos principų svarbą ir kaip užtikrinti reikiamą maisto kiekį

- Nurodyti 7 maisto produktų grupes pagal jų turinį;
- Žinoti organizmo reikalaujamą energiją ir jos skaičiavimo metodus;
- Nurodyti mitybos būdo ir jo taikymo metodus;
- Žinoti tam tikrų maistinių medžiagų vaidmenį žmogaus organizme

Maisto komponentų vaidmuo organizme ir maisto funkcionalumas

- Žinoti maistinių medžiagų asimiliacijos ir energijos gavybos iš maisto principus;
- Atkreipti dėmesį į žarnyno mikrobioto sveiką fiziologinį vaidmenį;
- Žinoti probiotikų, prebiotikų ir funkcinės mitybos koncepciją;
- • Nurodyti ir aprašyti maistinių medžiagų ir papildų poveikį žmonių sveikatai;
- Naudoti praktinius įrankius sveikatos propagavimo mitybos planui analizuoti ir įvertinti.

Suformuoti gerus sveikos mitybos įpročius

- rūšiuoti ir atrinkti mokslinę ir bendrą teisingą informaciją apie maistą;
- Atkreipti dėmesį į pagrindinius maisto saugos aspektus
- Nustatyti būtiną informaciją apie maisto produkto etiketę
- Savarankiškai atnaujinti informaciją apie maisto produktų ženklumą ir taisykles.

Neteisingų valgio įpročių pasekmės ir prevencija

- Paaiškinti pagrindines žinias apie nutukimo ekonomiką;
- Dalyvauti atitinkamuose diskusijose bendrame ir mokslo lygmenyje
- Žinoti, kaip pagrindiniai tarptautiniai teisiniai dokumentai kovoje su nutukimu.

Įgūdžiai - mokymų pabaigoje besimokantysis gebės:

Maisto sąvokos, maistinių savybių ir vertės supratimas;

- Atpažinti ir nustatyti sveiką mitybą tinkamai paskirstant maistines medžiagas;
- Teisingai paskirstyti maisto kiekį dienos metu;
- Nustatyti paprasto valgio mitybinę vertę;
- Apskaičiuoti energijos sąnaudas ir jų panaudojimą;
- Taikyti kūno sudėjimo vertinimo metodus;
- Įvertinti kūno poreikį konkrečioms sudedamosioms dalims
- Nustatyti maisto produktus, kurie gali būti naudingi sveikatai;
- Parodyti ir įvertinti tinkamą maistinių medžiagų vartojimą ir asociaciją dietoje

Maisto komponentų vaidmuo organizme ir maisto funkcionalumas organizme;

- Įvertinti maisto poveikį bendram sveikatos būklei ir fiziologijai.

- Nustatyti maisto produktus, kurie gali būti naudingi sveikatai
- Parodyti ir įvertinti tinkamą maistinių medžiagų vartojimą ir asociaciją dietoje.

Suformuoti gerus sveikos mitybos įpročius

- Nustatyti ir pasirinkti tradicinius ir internetinius informacijos apie maistą ir mitybą šaltinius
- Tikslinei grupei pasiūlyti labiausiai tinkamas maisto saugos taisykles ir geriausią praktiką
- Pagal teisinius reikalavimus pasiūlyti teisingą maisto produkto ženklimą;
- Nurodyti maisto produkto pakuotės neteisingumą.

Neteisingų valgymo įpročių pasekmės ir prevencija

- Naudokite atspindį dėl makro lygio priežasties-efekto mechanizmo, susijusio su nutukimu.
- Suprasti teisinius tekstus apie nutukimą ir galimybę naudotis viešosiomis ir privačiomis struktūromis.

Kompetencijos - modulio pabaigoje besimokantysis gebės:

Maisto sąvokos, maistinių savybių ir vertės supratimas;

- Taikyti sveikos mitybos principus gyvenimo būklei ir sveikatai gerinti;
- Atpažinti riebalų masės, raumenų masės ir viso kūno skysčio pasikeitimus, siekiant ištaisyti trūkumus ir numatyti tinkamus intervencijos planus;
- Taikyti įgytas žinias: klininkines (ką daryti), pedagogines (kaip tai daryti) ir psichologines (kodėl tai padaryti), susijusias su sveiko gyvenimo būdo ir nutukimo prevencija;
- Patarti dėl maisto pokyčių pagal žmogaus kūno poreikius;
- Nustatykite kūno poreikius konkrečioms maistinėms medžiagoms, priklausomai nuo amžiaus.

Maisto komponentų vaidmuo organizme ir maisto funkcionalumas organizme;

- Svarstyti biocheminius, fiziologinius ir mikrobiologinius maistinių medžiagų / dietos aspektus;
- Stebėti maisto pasirinkimą atsižvelgiant į jo sveikatą skatinančias savybes;
- Stebėti ir konsultuoti apie sveiką gyvenimo būdą ir teisingus mitybos įpročius

Suformuoti gerus sveikos mitybos įpročius

- Vadovauti ir prižiūrėti pacientus, šeimas ir tt apie maisto saugą ir kokybę
- Stebėti maisto saugumą saugojant, paruošiant ir vartojant;
- Vadovauti ir konsultuoti apie tinkamą maisto produktų ženklimą;

Neteisingų valgymo įpročių pasekmės ir prevencija

- Atlikti tyrimus apie nutukimo politiką regioniniu ir nacionaliniu lygiu;
- Taikyti teisinius dokumentus tam tikrais atvejais.

Moduliui skirto valandos:

Kontaktinės valandos= 4

Virtualaus darbo valandos= 10

Savarankiško darbo valandos= 9

Įvertinimo valandos=2

Viso valandų mokymams

25

Viso ECVET kreditų

1

Mokymo metodai

- ☒ diskusijos
- ☐ įtvirtinimas
- ☐ praktika
- ☒ prezentacijos
- ☒ grupinis darbas

Modulis bus įvertintas:

- ☐ įtvirtinimas
- ☒ nuolatinis vertinimas
- ☒ praktinis
- ☒ pristatymai

Šaltiniai

- *Correct IT- Intelektinis produktas 1. "Healthy lifestyle concept analysis and collection of good practices"*
- *Correct IT- Intelektinis produktas 2. Obesity prevention and healthy lifestyle curricula*
- *Correct IT- Intelektinis produktas 3. ICT materials for the online blended-learning Obesity prevention and healthy lifestyle skills*
- *Correct IT- Intelektinis produktas 4. Learning materials for face to face blended-learning obesity prevention and healthy lifestyle training course*
- *Correct IT- Intelektinis produktas 5. Methodology for VET trainers in obesity prevention and healthy lifestyle skills*
- *Correct IT- Intelektinis produktas 6. Online Platform and pilot the blended-learning training in obesity prevention and healthy lifestyle skills*
- <https://www.healthypeople.gov/2020/topics-objectives/topic/nutrition-and-weight-status>
- https://ec.europa.eu/health/nutrition_physical_activity/policy/strategy_en
- *Early Years Nutrition and Healthy Weight. L. Stewart, J. Thompson (2015) Wiley-Blackwell Eds.*
- *Drewnowski, A., & Darmon, N. (2005). The economics of obesity: dietary energy density and energy cost-. The American journal of clinical nutrition, 82(1), 265S-273S.*
- *Philipson, T., & Posner, R. (2008). Is the obesity epidemic a public health problem? A decade of research on the economics of obesity (No. w14010). National Bureau of Economic Research.*
- *Swinburn, B. (2011). Planet Obesity: How we're eating ourselves and the planet to death. ReadHowYouWant.com.*
- <http://www.efsa.europa.eu/it>
- <http://www.who.int/foodsafety/en/>
- *K. NADAKAVUKAREN SCHEFER, The International Law of Overweight and Obesity, in Asian Journal of WTO and International Health Law and Policy, 2014, p.*
- *L. C. CHEN, T. G. EVANS, R. A. CASH, Health as a Global Public Good, Oxford, 1999*

Modulio pavadinimas

3. Prevencijos strategijos

Modulio tikslas, metodai ir ištekliai

Tikslas Suteikti Correct IT specialistams reikiamas žinias, įgūdžius ir gebėjimus geriau suvokti nutukimo prevenciją ir sveikos gyvensenos idėją.

Metodai: paskaitos, interaktyvus video, diskusijos, atvejo analizė, grupinis darbas, įsivertinimas, įvertinimas, darbas su spausdintais šaltiniais, ekspertinis mokymas refleksija.

Resources: Video projektorius, popierius, vaizdo projektorius, pieštukai, įvertinimo anketos.

Turinys

Individualus konsultavimas ir terapija

- Sveikos gyvensenos taisyklės ir principai
- Nutukimo įtaka sveikatai

Grupinis konsultavimas ir terapija

- „Mindful eating“ grupinė terapija
- Vyrų ir moterų mitybos skirtumai
- Jaunų žmonių atsvario problema

Mokymklose ir darželiuose taikomos iniciatyvos

- Ikimokyklinio amžiaus vaikų sveikatos stiprinimas
- Nutukimo Prevencijos strategijos mokyklose
- Motyvacinės priemonės
- Prevencinių renginių organizavimas

Tėvų skatinimo iniciatyvos

- Mitybos mokymas tėvams
- Socialinių ir gyvenimo stiliaus faktorių įtaka nutukimui
- Šeimos gyvenimo stiliaus analizė

Kitos iniciatyvos kurias gali įgyvendinti slaugės, mokytojai, socialiniai darbuotojai

- Slaugytojų pareigos, funkcijos mitybos srityje
- Įvairių iniciatyvų geriausios praktikos pavyzdžiai

Mokymosi rezultatai:

Žinios - mokymų pabaigoje besimokantysis žinos:

- Supras ir pripažins sveiko gyvenimo būdo ir nutukimo poveikį sveikatai.
- Paaiškins sveikos gyvensenos koncepciją
- Tiksliai apibūdins pagrindinius veiksnius, turinčius įtakos vaikų nutukimui
- Žinos pagrindines nutukimo prevencijos priemones, metodus, priemones

Ilgūdžiai - mokymų pabaigoje besimokantysis gebės:

- Palyginti vyrų ir moterų mitybos įpročius.
- Sukurti racionalią dietą ir derinti ją su apetitu ir sveikomis mitybos motyvacinėmis priemonėmis.
- Analizuoti jaunų žmonių atsvario ir nutukimo problemą
- Parengti ir taikyti tėvų mitybos informacijos planą

Kompetencijos - modulio pabaigoje besimokantysis gebės:

- Pasirinkti priemones ir metodus, kaip stiprinti ikimokyklinio amžiaus vaikų sveikatą.
- Atlikti nutukimo prevenciją mokykloje.
- Praktškai taikyti mitybos principus, atsižvelgiant į slaugytojo pareigas.
- Pasirinkti ir pritaikyti prevencines priemones, kurios geriausiai atitiktų jų kultūrinę ir socialinę bei ekonominę aplinką;
- Sukurti pritaikytus sprendimus ir prisiimti atsakomybę už sėkmingą prevencinę programą konkrečioms asmenims ar asmenų grupei kasdieniame gyvenime.

Moduliui skirto valandos:

Kontaktinės valandos= 4

Virtualaus darbo valandos= 10

Savarankiško darbo valandos= 9

Įvertinimo valandos=2

Viso valandų mokymams
Viso ECVET kreditų

25

1

Mokymo metodai

- ☒ diskusijos
- ☒ įtvirtinimas
- ☒ praktika
- ☒ prezentacijos
- ☒ grupinis darbas

Modulis bus įvertintas:

- ☒ įtvirtinimas
- ☒ nuolatinis vertinimas
- ☒ praktinis
- ☒ pristatymai

Šaltiniai
<http://correct-it.eu/>

- *Correct IT- Intelektinis produktas 1. "Healthy lifestyle concept analysis and collection of good practices"*
- *Correct IT- Intelektinis produktas 2. Obesity prevention and healthy lifestyle curricula*
- *Correct IT- Intelektinis produktas 3. ICT materials for the online blended-learning Obesity prevention and healthy lifestyle skills*
- *Correct IT- Intelektinis produktas 4. Learning materials for face to face blended-learning obesity prevention and healthy lifestyle training course*
- *Correct IT- Intelektinis produktas 5. Methodology for VET trainers in obesity prevention and healthy lifestyle skills*
- *Correct IT- Intelektinis produktas 6. Online Platform and pilot the blended-learning training in obesity prevention and healthy lifestyle skills*

Modulio pavadinimas

4. Fizinė veikla

Modulio tikslas, metodai ir ištekliai

Tikslas: Suteikti Correct IT specialistams reikiamas žinias, įgūdžius ir gebėjimus geriau suvokti nutukimo prevenciją ir sveikos gyvensenos idėją.

Metodai: Paskaitos, prezentacijos, diskusijos po atvejo analizės, vaidmenų žaidimas, grupinės diskusijos, edukaciniai filmai, įsivertinimas

Ištekliai: Video projektorius, popierius, vaizdo projektorius, pieštukai, įvertinimo anketos.

Turinys

Fizinio aktyvumo ir sveikos gyvensenos ryšys

- Tarptautinės fizinės veiklos skatinimo gairės
- Fizinio aktyvumo apibrėžimas
- Fizinių pratimų apibrėžimas
- Sėdimąjo elgesio apibrėžimas

Fizinio aktyvumo pranašumai

- Perteklinių kalorijų deginimas
- Kūno svorio mažinimas
- Poveikis kraujospūdžiui
- lipoproteino profilis, C-reaktyvus baltymas ir biologiniai koronarinės ligos žymenys;
- Insulino jautrumas ir efektyvumas
- fizinis aktyvumas ir vyresnio amžiaus žmonės
- Poveikis psichinės sveikatos problemoms

Suprasti fizinio krūvio receptą

- Tarpdisciplininės komandos vaidmuo
- Pirmasis fizinio ir funkcinio tinkamumo įvertinimas
- Kūno masės indekso (KMI) įvertinimas.
- Pratybų pasirinkimas ir paaiškinimas pagal fizinę būklę
- Klinikinis vertinimas
- Vartotojo apribojimai, tikslai ir motyvacija
- Sistemingas monitoringo mechanizmų įgyvendinimas
- Pratimų, sesijos ir (arba) programos poveikio vertinimas
- su fizine veikla susijusi rizika

Reklaminių veiksmų kliūtys ir fizinio aktyvumo skatinimo tarpininkai

Barjerai:

- Mažas vartotojų raštingumas

- Gairių, standartų ir protokolų nebuvimas
- Sumažintas profesinės praktikos koordinavimas sveikatos srityje ir už jos ribų
- Trūksta mokymo ir atitinkamai sumažėja sveikatos priežiūros specialistų įsikišimo galimybės
- trūksta fizinio aktyvumo skatinimo rodiklių
- nepakankamas informacinių technologijų naudojimas

Tarpininkai

- Reakcija į fizinio aktyvumo skatinimą
- Keletas fizinio aktyvumo praktikos galimybių ir kontekstų
- Sveikatos priežiūros specialistų ir fizinių pratimų specialistų bendradarbiavimas
- Protokolų egzistavimas pritaikytas skirtingų vartotojų realybei
-

Mokymosi rezultatai:

Žinios - mokymų pabaigoje besimokantysis žinos:

- Nustatyti fizinio aktyvumo, fizinių pratimų ir sėdimąjo elgesio apibrėžtį
- Apibūdinti tarptautines fizinio aktyvumo skatinimo gaires
- Parodyti fizinio aktyvumo privalumus
- Apibūdinti, koks yra fizinių pratimų receptas
- Nustatyti pagrindines fizinio aktyvumo skatinimo veiksmų ir pagrindinių fizinio aktyvumo skatinimo veiksmų įgyvendinimo kliūtis

Įgūdžiai - mokymų pabaigoje besimokantysis gebės:

- Pateikti fizinio aktyvumo ir pratybų pavyzdžius
- Paaiškinti rekomenduojamus pratimus
- Įvertinti fizinio aktyvumo privalumus
- Klinikinių ir KMI verčių interpretavimas
- Nuspręskite fizinės veiklos riziką
- Aptarti daugiadalykės komandos vaidmenį ir jo veiksmų ribas
- Analizuoti pagrindines kliūtis ir palengvinkite fizinių pratimų skatinimo savybes

Kompetencijos - modulio pabaigoje besimokantysis gebės:

- Būkite atsakingais už fizinio krūvio ir sveikos gyvensenos skatinimą
- Svarstyti rekomenduojamos fizinės pratimo taisykles
- Laikytis rekomenduojamų fizinių pratimų taisyklių vadovaudamiesi tarptautinių standartų gairėmis
- Bendradarbiauti pagal fizinio pratimo receptą

-
- Atlikti užduotis, kaip įveikti fizinio aktyvumo skatinimo kliūtis
 - prižiūrėti fizinės pratybas;
 - Stebėti ir vertinti fizinių pratimų poveikį
 - Atitikti teisinių dokumentų ir nacionalinės teisės aktų taikymą tikrais atvejais.

Moduliui skirto valandos:

Kontakinės valandos= 4

Virtualaus darbo valandos= 10

Savarankiško darbo valandos= 9

Įvertinimo valandos=2

Viso valandų mokymams	Viso ECVET kreditų
25	1

Mokymo metodai

- ☒ diskusijos
- ☒ įtvirtinimas
- ☒ praktika
- ☒ prezentacijos
- ☒ grupinis darbas

Modulis bus įvertintas:

- ☒ įtvirtinimas
- ☒ nuolatinis vertinimas
- ☒ praktinis
- ☒ pristatymai

Šaltiniai

- *Correct IT- Intelektinis produktas 1. "Healthy lifestyle concept analysis and collection of good practices"*
- *Correct IT- Intelektinis produktas 2. Obesity prevention and healthy lifestyle curricula*
- *Correct IT- Intelektinis produktas 3. ICT materials for the online blended-learning Obesity prevention and healthy lifestyle skills*
- *Correct IT- Intelektinis produktas 4. Learning materials for face to face blended-learning obesity prevention and healthy lifestyle training course*
- *Correct IT- Intelektinis produktas 5. Methodology for VET trainers in obesity prevention and healthy lifestyle skills*
- *Correct IT- Intelektinis produktas 6. Online Platform and pilot the blended-learning training in obesity prevention and healthy lifestyle skills*
- <https://www.dgs.pt/pns-e-programas/programas-de-saude-prioritarios/atividade-fisica.aspx>
- <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/9280172>
- http://www.who.int/topics/physical_activity/en/
- Schoeller DA, Shayk, Kushner RF. How much Physical activity is needed to minimize weight gain in previously obese women? *Am J Clin Nutr* 1997;66:551-6

Modulio pavadinimas

5. Gyvenimo būdas ir psichinė sveikata

Modulio tikslas, metodai ir ištekliai

Tikslas Suteikti Correct IT specialistams reikiamas žinias, įgūdžius ir gebėjimus geriau suvokti nutukimo prevenciją ir sveikos gyvensenos idėją.

Naidojami metodai: Tradicinės paskaitos, savarankiškos studijos, individualios ir grupinės sužduotys, atvejo analizė, įsivertinimas, mokytojo vertinimas

Ištekliai: PowerPoint prezentacijos, įrašyti podcast'ų mokymai, "YouTube" įrašai, nacionalinių išteklių medžiaga, tarptautinė medžiaga.

Turinys

- Gyvenimo veiksniai ir poveikis psichinei sveikatai:
 - optimistiškumas ir teigiamas savišvietimas;
 - suprasti ir valdyti stresą,
 - reaguojant į emocijas sveikais būdais,
 - sukurti sveikus santykius,
- Mitybos psichiatrija:
 - stresas
 - ligos,
 - pasekmės
 - elgesio, kuris užkerta kelią maistui atsirandančioms ligoms,
 - sveikatos problemos, atsirandančios dėl tendencijų,
 - įtakoja kūno įvaizdį,

Mokymosi rezultatai:

Žinios - mokymų pabaigoje besimokantysis žinos:

- Aptarti bendrus jaunų žmonių patiriamus streso požymius.
- Peržiūrėti nerimo ir depresijos simptomus bei tradicinius gydymo metodus.
- Nustatyti streso ir nepageidaujamų emocijų nustatymo ir valdymo strategijas.
- Žinoti pozityvaus pasisakymo strategijas kaip savęs pasitikėjimo ugdymo priemonę.
- Suteikti strategijas sveikiems santykiams kurti.
- Nustatyti, kokie elgesio būdai užkerta kelią maistui atsirandančioms ligoms.
- Nustatyti sveikatos problemas, kurias sukelia naujausios tendencijos.
- Aptarti veiksnius, kurie veikia neigiamą kūno įvaizdį.

Įgūdžiai - mokymų pabaigoje besimokantysis gebės:

- Pritaikyti žinias apie streso, nerimo ir depresijos simptomus, pateikti studentams strategijas, skirtas jų problemoms nustatyti ir valdyti
- Organizuoti grupinę sesiją, kurioje teigiamo pasisakymo metodų praktika padės mokiniams susidoroti su gyvenimo būdo problemomis
- Taikyti strategijas sveikiems santykiams kurti

- Naudoti skirtingus mokymo metodus, kurie gali būti naudojami norint, kad mokiniai suprastų elgesio ir maisto sukkelto ligos darną.
- Atsiminti, kaip tendencijos gali daryti įtaką ir sukelti sveikatos problemų
- Taikyti strategijas, kaip priimti savo pačių kūną, nepaisant žiniasklaidos įtakos

Kompetencijos - modulio pabaigoje besimokantysis gebės:

- Mokykite klases ar asmenis apie streso, nerimo ir depresijos priežastis ir prevencijos strategijas.
- Vykdyti intervencinius projektus pagrįstus savišvieta, teigiamų santykių kūrimu ir neigiamomis kūno įvaizdžio problemomis
- Suprasti, kaip tendencijos daro įtaką su sveikata susijusiems klausimams
- Naudoti skirtingus mokymo metodus, kad mokiniai suprastų elgesio ir dėl mitybos atsirandančių ligų darną.

Moduliui skirta valandos:

Kontaktinės valandos= 4

Virtualaus darbo valandos= 10

Savarankiško darbo valandos= 9

Įvertinimo valandos=2

Viso valandų mokymams

25

Viso ECVET kreditų

1

Mokymo metodai

- ☒ diskusijos
- ☒ įtvirtinimas
- ☒ praktika
- ☒ prezentacijos
- ☒ grupinis darbas

Modulis bus įvertintas:

- ☒ įtvirtinimas
- ☒ nuolatinis vertinimas
- ☒ praktinis
- ☒ pristatymai

Šaltiniai

<http://correct-it.eu/>

- *Correct IT- Intelektinis produktas 1. "Healthy lifestyle concept analysis and collection of good practices"*
- *Correct IT- Intelektinis produktas 2. Obesity prevention and healthy lifestyle curricula*
- *Correct IT- Intelektinis produktas 3. ICT materials for the online blended-learning Obesity prevention and healthy lifestyle skills*

-
- Correct IT- Intelektinis produktas 4. Learning materials for face to face blended-learning obesity prevention and healthy lifestyle training course
 - Correct IT- Intelektinis produktas 5. Methodology for VET trainers in obesity prevention and healthy lifestyle skills
 - Correct IT- Intelektinis produktas 6. Online Platform and pilot the blended-learning training in obesity prevention and healthy lifestyle skills
 - Clarke, C & Cooper, C. (2001). Psychosocial rehabilitation after disfiguring injury or disease: investigating the training needs of specialist nurses. *Journal of Advanced Nursing* Volume 34, Issue 1, April
 - Dahl, O, Wickman, M & Wengstrøm, Y. (2012). Adapting to life after burn injury -Reflections on care, *Journal of Burn Care & Research*, 33, 5, 595–605.
 - Konradsen, H., Kirkevold and, M. & Zoffmann, V. (2009). Surgical facial cancer treatment: the silencing of disfigurement in nurse–patient interactions, *Journal of Advanced Nursing*, 65, 11, 2409-2418.
 - Moi, A.L. & Gjengedal, E. (2008). Life after burn injury: Striving for regained freedom, *Qualitative Health Research*, 18, 12, 1621-30.
 - Persson M, Rumsey N, Spalding H, Partridge J.(2008). Bridging the gap between current care provision & the psychological standards of burn care: Staff perceptions of current psycho-social care provision and the way forward. Report for NHS
 - Rumsey N, Clarke A, White P, Wyn-Williams M, Garlick W.J. (2004). Altered body image: appearance-related concerns of people with visible disfigurement. *Adv Nurs* 48(5):443-53.
 - Amos A, Bostock Y. Young people, smoking and gender—a qualitative exploration. *Health education research*. 2007;22(6):770-81.
 - Austin SB, Field AE, Wiecha J, Peterson KE, Gortmaker SL. T impact of a school-based obesity prevention trial on disordered weight-control behaviors in early adolescent girls. *Archives of pediatrics & adolescent medicine*. 2005;159(3):225-30.
 - Yanover T, Thompson JK. Self-reported interference with academic functioning and eating disordered symptoms: associations with multiple dimensions of body image. *Body image*. 2008;5(3):326-8.
 - Lovegrove E, Rumsey N. Ignoring it doesn't make it stop: adolescents, appearance, and bullying. *The Cleft palatecraniofacial journal : official publication of the American Cleft Palate-Craniofacial Association*. 2005;42(1):33-44.
 - Neumark-Sztainer D, Wall M, Eisenberg ME, Story M, Hannan PJ. Overweight status and weight control behaviors in adolescents: longitudinal and secular trends from 1999 to 2004. *Preventive medicine*. 2006;43(1):52-9.
-

Modulio pavadinimas

6. Požiūrio kaita ir žiniasklaidos įtaka

Modulio tikslas, metodai ir ištekliai

Tikslas Suteikti Correct IT specialistams reikiamas žinias, įgūdžius ir gebėjimus geriau suvokti nutukimo prevenciją ir sveikos gyvensenos idėją.

Metodai: individualus mokymasis, interaktyvūs pristatymai, gebėjimų stiprinimo mokymai, grupinės diskusijos, edukaciniai filmai, animacinė medžiaga, simuliacijos

Ištekliai: multimedia, lapai, bloknatai, popierius, flipchart, markeriai

Turinys

- "Įprastos galios" elgsenos modelis užkirsti kelią keturiomis pakopomis nutukimui
- Sėkmės veiksniai keičiant elgesį
- Žiniasklaidos vaidmuo vaikų nutukimu:
- Veiksmingos priemonės, kuriomis siekiama sumažinti žiniasklaidos įtaką vaikų nutukimui:
- Užkirsti kelią vaikų diskriminacijai, segregacijai ir priekabiavimui dėl nutukimo

Mokymosi rezultatai:

Žinios - mokymų pabaigoje besimokantysis žinos:

- Apibūdinti "įpročio galios" elgsenos pokyčių modelį nutukimo prevencijai
- Atkreipti dėmesį į elgesio pokyčių sėkmės veiksnius
- Žiniasklaidos žiniasklaidos vaidmenį žiniasklaidoje apie vaikų reklamą spaudoje
- Nustatyti efektyvias priemones, mažinančias žiniasklaidos poveikį vaikų nutukimui
- Atkreipti dėmesį į vaikų diskriminaciją, segregaciją ir priekabiavimą dėl nutukimo

Įgūdžiai - mokymų pabaigoje besimokantysis gebės:

- Sukurti ir pritaikyti elgesio pakeitimo modelį
- Nustatyti ir sustiprinkite jo elgsenos pokyčių plano sėkmės veiksnius
- Nustatyti žiniasklaidos vaidmenį vaikų nutukimu konkrečiose situacijose
- Siūlyti veiksmingas priemones, mažinančias žiniasklaidos įtaką vaikų nutukimui
- Nustatyti prevencines priemones diskriminavimui, segregacijai ir nutukimo dėl vaikų prievartavimui konkrečiais atvejais

Kompetencijos - modulio pabaigoje besimokantysis gebės:

- Taikyti vaikų ir tėvų nutukimo prevencijos elgesio pokyčių planą
- Nurodyti ir vertinti besimokančiųjų elgsenos pokyčių plano sėkmės veiksnius
- Siūlyti veiksmingas konsultacijas mažinant žiniasklaidos įtaką vaikų nutukimui
- Atrinkti, planuoti ir įgyvendinti nedidelio masto intervenciniai veiksmai, siekiant sumažinti žiniasklaidos įtaką vaikų nutukimui
- Siūlyti konsultacijas ir paramą diskriminacijos, segregacijos ir priekabiavimų prevencijos sprendimų taikymui vaikams konkrečiais atvejais

Moduliui skirtos valandos:

Kontaktinės valandos= 4

Virtualaus darbo valandos= 10

Savarankiško darbo valandos= 9

Įvertinimo valandos=2

Viso valandų mokymams	Viso ECVET kreditų
25	1

Mokymo metodai

- ☒ diskusijos
- ☐ įtvirtinimas
- ☒ praktika
- ☒ prezentacijos
- ☒ grupinis darbas

Modulis bus įvertintas:

- ☐ įtvirtinimas
- ☒ nuolatinis vertinimas
- ☒ praktinis
- ☒ pristatymai

Šaltiniai

- *Correct IT- Intelektinis produktas 1. "Healthy lifestyle concept analysis and collection of good practices"*
- *Correct IT- Intelektinis produktas 2. Obesity prevention and healthy lifestyle curricula*
- *Correct IT- Intelektinis produktas 3. ICT materials for the online blended-learning Obesity prevention and healthy lifestyle skills*
- *Correct IT- Intelektinis produktas 4. Learning materials for face to face blended-learning obesity prevention and healthy lifestyle training course*
- *Correct IT- Intelektinis produktas 5. Methodology for VET trainers in obesity prevention and healthy lifestyle skills*
- *Correct IT- Intelektinis produktas 6. Online Platform and pilot the blended-learning training in obesity prevention and healthy lifestyle skills*
- *Duhigg, C., The power of habit, Random House Trade. 2017*
- *Christakis NA, Fowler JH. The spread of obesity in a large social network over 32 years. N Engl J Med. 2007;357(4):370–379. [PubMed]*
- *Gabriele JM, Walker MS, Gill DL, Harber KD, Fisher EB. Differentiated roles of social encouragement and social constraint on physical activity behavior. Ann Behav Med. 2005;29(3):210–215. [PubMed]*
- *Gabriele JM, Walker MS, Gill DL, Harber KD, Fisher EB. Differentiated roles of social encouragement and social constraint on physical activity behavior. Ann Behav Med. 2005;29(3):210–215. [PubMed]*
- *Everson ES, Daley AJ, Ussher M. Brief report: The theory of planned behaviour applied to physical activity in young people who smoke. J Adolesc. 2007;30(2):347–351. [PubMed]*
- *Oygard L, Klepp KI. Influences of social groups on eating patterns: a study among young adults. J Behav Med. 1996;19(1):1–15. [PubMed]*
- http://www.who.int/dietphysicalactivity/childhood/WHO_new_childhoodobesity_PREVENTION_27nov_HR_PRINT_OK.pdf

4. ŽODYNAS

KOMPETENCIJA

Įrodytas gebėjimas naudotis žiniomis, įgūdžiais ir asmeniniais, socialiniais ir (arba) metodiniais gebėjimais, darbo ar studijų situacijose ir profesiniame bei asmeniniame tobulėjime. EKS kontekste yra aprašyta atsakomybės ir savarankiškumo (socialinės kompetencijos) požįriu.

KONTAKTINĖS VALANDOS

Turėtų būti nurodytos valandos, kai studentas turi asmeninį ryšį su mokytoju. Jei kalbama apie tiesiogines telekonferencijos kontaktines sesijas, jei tai atliekama mokyklose, tai laikoma kontaktinėmis valandomis.

KREDITAS

Mokymosi rezultatų kreditavimas (t. Y. Kreditas) nurodo individualius mokymosi rezultatus, kurie buvo įvertinti ir kurie gali būti sukaupti kvalifikacijai arba perkelti į kitas mokymosi programas ar kvalifikacijas. Kreditas reiškia faktą, kad besimokantysis pasiekė numatytus mokymosi rezultatus, kurie buvo vertinami teigiamai, o vertinimo rezultatai buvo dokumentuoti asmens stenograma. Remiantis šiais dokumentais, kitos institucijos gali atpažinti besimokančiųjų kreditą.

KREDITŲ KAUPIMAS

Procesas, per kurį besimokantieji gali laipsniškai įgyti kvalifikaciją, nuosekliai vertinami ir įgyjami mokymosi rezultatai. Kredito kaupimą priima kompetentinga institucija, atsakinga už kvalifikacijos kėlimą. Kai besimokantysis sukaupe reikiamą kreditą ir kai įvykdytos visos kvalifikacijos suteikimo sąlygos, besimokančiajam suteikiama kvalifikacija.

KREDITŲ PERKĖLIMAS

Procesas, per kurį viename kontekste pasiektus mokymosi rezultatus galima atsižvelgti kitame kontekste. Kredito pervedimas grindžiamas vertinimo, patvirtinimo ir pripažinimo procesais. Kad būtų perkelta, mokymosi rezultatai turi būti įvertinti. Vertinimo rezultatai įrašomi besimokančiųjų asmeniniame stenograma ir yra kreditas. Remiantis įvertintais rezultatais, kreditą gali patvirtinti ir pripažinti kita kompetentinga įstaiga.

EUROPOS PROFESINIO MOKYMO KREDITŲ SISTEMA (ECVET)

ECVET yra techninis mokymosi rezultatų perkėlimo, pripažinimo ir prireikus kaupimo principas, siekiant įgyti kvalifikaciją. ECVET priemonės ir metodika apima kvalifikacijų aprašymą, atsižvelgiant į mokymosi rezultatų vienetų su susijusiais taškais, perkėlimo ir kaupimo procesą bei papildomus dokumentus, tokius kaip mokymosi susitarimai, įrašų nuorašai ir naudotojų vadovai.

ECVET TAŠKAI

Skaitmeninis pristatymas apie bendrą mokymosi rezultatų svorį kvalifikacijoje ir santykinį vienetų svorį atsižvelgiant į kvalifikaciją. Kartu su vienetais, mokymosi rezultatų aprašais ir informacija apie kvalifikacijų lygį, ECVET taškai gali padėti suprasti kvalifikaciją.

Kvalifikacijoms priskiriamų ECVET taškų skaičius kartu su kitomis specifیکacijomis gali rodyti, pavyzdžiui, kad kvalifikacijos apimtis yra siaura arba plati.

EUROPOS KVALIFIKACIJOS STRUKTŪRA (EQF)

EQF yra orientacinė sistema, jungianti šalių kvalifikacijų sistemas, veikianti kaip vertimo priemonė, kad kvalifikacijas būtų lengviau skaityti ir suprasti skirtingose Europos šalyse ir sistemose. Aštuoni atskaitos lygiai aprašyti mokymosi rezultatų požiūriu.

FORMALUS MOKYMAS

Mokymasis vyksta organizuotoje ir struktūrizuotoje aplinkoje (pvz., švietimo ar mokymo įstaigoje ar darbo vietoje) ir yra aiškiai suprantama kaip mokymasis (kalbant apie tikslus, laiką ar išteklius). Formalus mokymasis yra sąmoningas nuo mokinio požiūriu. Paprastai tai lemia patvirtinimo ir sertifikavimo.

ŽINIOS

Informacijos įsisavinimo per mokymą rezultatai. Ar yra faktų, principų, teorijų ir praktikos, susijusios su darbo ar studijų sritimi? EKS kontekste yra apibūdinama kaip teorinė ir (arba) faktinė.

MOKYMOSI REZULTATAI

Pareiškimai apie tai, ką mokinys / darbuotojas žino, supranta ir gali padaryti baigus mokymosi procesą, kuris apibrėžiamas žinių, įgūdžių ir gebėjimų požiūriu.

KVALIFIKACIJA

Oficialus vertinimo ir tvirtinimo proceso rezultatas, kuris gaunamas, kai kompetentinga institucija nustato, kad asmuo pasiekė mokymosi rezultatus pagal tam tikrą standartą.

MOKYMOSI REZULTATŲ PRIPAŽINIMAS

Oficialiai pasiektų mokymosi rezultatų atestavimo procesas suteikiant vienetus ar kvalifikacijas.

SAVARANKIŠKO DARBO VALANDOS

Turėtų būti nurodoma kažko studijavimo savaime be tiesioginės priežiūros ar lankymo vienoje klasėje. Jei lankotės vietoje, jei jos nėra priežiūros, jos laikomos savarankišku.

GEBĖJIMAI

Gebėjimas taikyti žinias ir panaudoti praktinę patirtį, kaip atlikti užduotis ir spręsti problemas. EQF kontekste yra apibūdinami kaip pažintiniai (loginio, intuityviojo ir kūrybinio mąstymo naudojimas) ir (arba) praktinis bei techninis (rankinis įprotis ir metodų, medžiagų, įrankių ir instrumentų naudojimas).

MOKYMOSI REZULTATŲ BLOKAI

Blokas yra kvalifikacijos sudedamoji dalis, susidedanti iš nuoseklių žinių, įgūdžių ir kompetencijos, kurią galima įvertinti ir patvirtinti. Blokai leidžia laipsniškai pasiekti kvalifikacijas perduodant ir kaupiant mokymosi rezultatus. Jie yra vertinami ir patvirtinami, kurie patvirtina ir patvirtina, kad besimokantis asmuo pasiekė numatomus mokymosi rezultatus.

MOKYMOSI REZULTATŲ PATVIRTINIMAS

Procesas, patvirtinantis, kad tam tikri besimokančiojo įgyjami mokymosi pasiekimai atitinka konkrečius rezultatus, kurie gali būti reikalingi vienetui ar kvalifikacijai.



CORRECT IT!

Corrective VET international training
for obesity prevention and healthy life style promotion

<http://correct-it.eu/>

© 2018



Erasmus+

Disclaimer: The content of the present material represents the exclusive responsibility of the authors and the National Agency or the European Commission will not be held responsible for the manner in which, the Turinys of the information is used

Project nr. **2017-1-RO01-KA202-037373**