



Dalyko (modulio) pavadinimas	Kodas
Muzikos ir mitybos svarba žmogaus sveikatai ir smegenų pažinimo funkcijoms	

Dėstytojas (-ai)	Padalinys (-iai)
Koordinuojantis: prof. dr. Dalius Jatužis Kiti: prof. dr. Rimantas Stukas, dr. Indrė Eugenija Želvytė-Giusiano, asist. dr. Rūta Kaladytė-Lokominienė, asist. dr. Kristina Ryliškienė, lekt. Inesa Leonavičiūtė	Vilniaus universitetas, Medicinos fakultetas

Studijų pakopa	Dalyko (modulio) tipas
Pirmoji (bakaluro)	Pasirenkamasis

Igyvendinimo forma	Vykdyto laikotarpis	Vykdyto kalba (-os)
Auditorinė	pavasario semestre	Lietuvių

Reikalavimai studijuojančiajam	
Išankstiniai reikalavimai: Nėra	Gretutiniai reikalavimai (jei yra): Nėra

Dalyko (modulio) apimtis kreditais	Visas studento darbo krūvis	Kontaktinio darbo valandos	Savarankiško darbo valandos
5	130 val.	48 val. (paskaitos 32 val., seminarai 16 val.)	82 val.

Dalyko (modulio) tikslas: studijų programos ugdomos kompetencijos		
<p>Dalyko tikslas - įgyti žinių apie socialinę, psichologinę, emocinę muzikos reikšmę asmenybei ir žmogaus sveikatai, apie maisto medžiagų poveikį gerai savijautai, smegenų veiklai ir žmogaus organizmui; suvokti apie muzikos ir mitybos sąveikos integralų poveikį individo sveikatai, savijautai ir smegenų pažinimo funkcijoms; įgyti žinių apie muzikos ir sveikos mitybos principų praktinio taikymo galimybes medicinoje; lavinti kritinį mąstymą ir analitinius gebėjimus vertinant gydymą muzikos ir mitybos poveikį ir parenkant taikytinus metodus.</p> <p>Dalyko ugdomos kompetencijos: muzikos istorijos ir poveikio individui bei sveikatai pagrindai; sveikos mitybos principai; ugdomojo ir terapinio muzikos ir sveikos mitybos poveikio nervų sistemai suvokimas; kūrybingumo, iniciatyvumo, savikritiško mąstymo, empatiškumo ugdymas.</p>		
Dalyko (modulio) studijų siekiniai	Studijų metoda	Vertinimo metodai
Bendrosios kompetencijos Sėkmingai baigęs šį modulį studentas gebės: būti kūrybingu, iniciatyviu, bendrauti su kitais, generuoti idėjas (kūrybiškumas), kritiškai ir savikritiškai mąstyti, dirbti, mokytis ir tobulėti savarankiškai, būti empatišku, veikti sąžiningai ir laikytis etinių įsipareigojimų.	Paskaitos, seminarai, debatai, diskusijos.	Egzaminas (kaupiamasis)
Dalykinės kompetencijos Sėkmingai baigęs šį modulį studentas:		
supras: muzikos funkcijas, muzikos istorijos ir poveikio individui pagrindus, sveikos mitybos pagrindus,	Paskaitos, konsultacijos, seminarai, praktikos darbai, debatai	Egzaminas; Pateikties parengimas ir pristatymas seminaro metu

<p>galvos smegenų anatomijos pagrindus, nervų sistemos funkcionavimo principus ir pažinimo funkcijų pagrindus, dažniausias nervų sistemų ligas, kurių eigai ir gydymui svarbią reikšmę turi muzika ir mityba, muzikos taikymo galimybes sveikiems ir sergantiems žmonėms normaliai galvos smegenų veiklai bei emocijoms palaikyti.</p> <p>gebės: parinkti ir taikyti gyvai atliekamos ir įrašytos muzikos pavyzdžius žmogaus sveikatai stiprinti, gerai smegenų veiklai ir pažinimo funkcijoms palaikyti, įvertinti gyvai atliekamos ir įrašytos muzikos bei gydomųjų šokių atlikimo galimybes netradicinėse erdvėse ir gydymo įstaigose, parinkti maisto racioną gerai smegenų veiklai palaikyti, bendradarbiauti su sveikatos priežiūros specialistais ir pacientais aptariant terapinio ir profilaktinio muzikos, šokio, sveikos mitybos taikymo galimybes.</p>		
--	--	--

Temos	Kontaktinio darbo valandos						Savarankiškų studijų laikas ir užduotys		
	Paskaitos	Konsultacijos	Seminarai	Pratybos	Laboratoriniai darbai	Praktika	Visas kontaktinis darbas	Savarankiškas darbas	Užduotys
1. Supažindinimas su muzikos istorija. Muzika ir jos funkcija. Klasikinės (akademinės) muzikos prioriteto suvokimas.	2		1				3	3	Mokomosios muzikos literatūros studijavimas, muzikinių garso ir vaizdo įrašų analizė. Debatai, diskusijos
2. Muzikos sveikatai ypatumai ir istorija. Istorinis žvilgsnis į gydomąjį gyvos muzikos poveikį.	2		1				3	6	Muzikos literatūros studijavimas. Pristatyti vaizduojamojo meno kurinį muzikos tematika. Parengti ir pristatyti pateiktį su <i>PowerPoint</i> . Debatai, diskusijos.
3. „Muzikos sveikatai“ europinė patirtis. Muzikos reikšmė visaverčiam žmogaus psichosocialiniam funkcionavimui.	2		1				3	6	Mokslinės literatūros, autentiškų muzikinių garso ir vaizdo įrašų studijavimas. Parengti ir pristatyti pateiktį su <i>PowerPoint</i> . Debatai, diskusijos.
4. Nervų sistemos anatomijos, fiziologijos apžvalga. Nervų sistemos raida ir jos pažaidų rizikos veiksniai. Muzikos poveikis nervų sistemos raidai ir neuroplastiškumui.	2		1				3	6	Pasiruošti seminarui apie nervų sistemos anatomiją, funkcijas, muzikos poveikį nervų sistemai. Parengti ir pristatyti pateiktį su <i>PowerPoint</i>
5. Pažinimo funkcijos. Atmintis, dėmesys, aukštosios nervų sistemos funkcijos: fiziologija, tyrimo metodai, pažeidimo simptomai. Muzikos poveikis pažinimo funkcijoms.	2		1				3	6	Pasiruošti seminarui apie pažinimo funkcijas – atmintį, dėmesį, galvos smegenų aukštesias funkcijas ir jų sutrikimus. Mokslinės ir mokomosios literatūros studijavimas. Parengti ir pristatyti pateiktį su <i>PowerPoint</i>
6. Emocijos. Stresas. Nuotaikos ir nerimo sutrikimai. Teigiamas muzikos poveikis.	2		1				3	6	Pasiruošti seminarui apie žmogaus emocijas, stresą, nuotaiką, nerimą. Mokslinės ir mokomosios literatūros

								studijavimas. Parengti ir pristatyti pateiktį su <i>PowerPoint</i>	
7. Skausmas: samprata, mechanizmas, skausmo tipai. Muzikos poveikis skausmui.	2		1				3	6	Pasiruošti seminarui apie skausmą, jo rūšis, kilmę. Mokslinės ir mokomosios literatūros studijavimas. Parengti ir pristatyti pateiktį su <i>PowerPoint</i>
8. Galvos smegenų kraujotakos ligos. Insultas: priežastys, atpažinimas, simptomai, skubi pagalba, gydymo principai, rehabilitacija. Insulto profilaktika. Muzikos reikšmė rehabilitacijai.	2		1				3	6	Pasiruošti seminarui apie galvos smegenų kraujotakos sutrikimus: priežastis, rizikos veiksnius, rūšis, kliniką; ankstyvuosius insulto simptomus, skubios pagalbos principus, insulto prevenciją. Mokslinės ir mokomosios literatūros studijavimas. Parengti ir pristatyti pateiktį su <i>PowerPoint</i>
9. Judėjimo sutrikimo ligos. Nemedikamentinės judėjimo gerinimo technikos. Muzikos ir šokio gydomas poveikis sergant Parkinsono liga.	2		1				3	6	Pasiruošti seminarui apie judėjimo sutrikimus: Parkinsono ligą, Huntingtono ligą, gydymo principus, nemedikamentines judėjimo gerinimo metodus. Mokslinės ir mokomosios literatūros studijavimas. Parengti ir pristatyti pateiktį su <i>PowerPoint</i>
10. Gyvos muzikos atlikimo (koncertų) ir įrašytos muzikos (garso įrašų) poveikio žmogui skirtumai. Grįžtamasis ryšys tarp atlikėjo ir klausytojo. Muzikinių garso ir vaizdo įrašų iš ligoninės demonstravimas.	2		1				3	6	Pasiruošti seminarui apie gyvos muzikos atlikimo ypatumus. Muzikinių garso ir vaizdo įrašų iš ligoninės studijavimas. Poveikio klausytojų emocijoms ir pažinimo funkcijoms aptarimas.
11. Interpretacijos svarba klausant gyvai atliekamos muzikos. Atlikėjo ir jo interpretacijos sąveika su klausytojo psichologine, emocine, fizine būseną.	2		1				3	6	Pasiruošti seminarui apie interpretacijos svarbą klausant gyvai atliekamos muzikos. Pristatyti savo asmeninių pojūčių bei klausytojų reakcijos apibūdinimą, išklausius gyvos muzikos koncertą ar jo dalį. Parengti ir pristatyti pateiktį su <i>PowerPoint</i> . Debatai, diskusijos
12. Gyvo muzikos atlikimo pavyzdžių demonstravimas. Skirtingų muzikos instrumentų galimybės gyvai atliekant muziką (tam pasitelkiami įvairūs atlikėjai).	2		1				3	6	Pasiruošti seminarui apie skirtingus muzikos instrumentus. Pristatyti savo asmeninių pojūčių apibūdinimą klausant skirtingais muzikos instrumentais gyvai atliekamą muziką. Parengti ir pristatyti pateiktį su <i>PowerPoint</i> . Debatai, diskusijos
13. Teigiamo požiūrio į gyvos muzikos atlikimą uždaroje netradicinėje erdvėje (gydymo įstaigos, senelių namai ir pan.) formavimas.	2		1				3	6	Pasiruošti seminarui apie muzikos sveikatai poveikį uždaroje erdvėje (gydymo įstaigoje, senelių namuose ir pan.) esančiam klausytojui, aplankant vieną iš šių įstaigų. Pristatyti netradicinėje (uždaroje aplinkoje) esančių individų reakcijos apibūdinimą klausant gyvą muziką. Parengti ir pristatyti pateiktį su <i>PowerPoint</i> . Debatai, diskusijos
14. Mitybos reikšmė sveikatai ir nervų sistemos veiklai. Mitybos reikšmė nervų sistemos ligų ūminiame ir reabilitaciniame	4		2				6	6	Pasiruošti seminarui apie sveikos mitybos principus, mitybos reikšmę gydant nervų sistemos ligas. Parengti ir pristatyti pateiktį su <i>PowerPoint</i> .

laikotarpyje.								Debatai, diskusijos
15. Žmogaus sveikatą lemiančių veiksnių daroma – gyvensena, mityba, aplinka, socialinė-ekonominė situacija ir kt.	2		1				3	1
Iš viso	32		16				48	82

Vertinimo strategija	Svoris proc.	Atsiskaitymo laikas	Vertinimo kriterijai
Egzaminas testas (kaupiamasis)	60 %	Semestro metu	<p>Tai 2 valandų trukmės darbas, atliekamas raštu. Testu tikrinama, kaip įvaldytos dalyko temos. Testo užduotys yra su pasirinkamaisiais atsakymais, dalis - atviri klausimai, kur siekiama patikrinti, kaip studentas žino dalyko medžiagą. Maksimalus atsakymų skaičius – 60.</p> <p>Vertinama taip:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 10 balų: Puikios žinios ir gebėjimai. Sintezės ir supratimo lygmuo. 51-60 teisingų atsakymų. - 9 balai: Geresnės nei vidutinės žinios ir gebėjimai. Supratimo ir žinių taikymo lygmuo. 41-50 teisingų atsakymų. - 8 balai: Vidutinės žinios ir gebėjimai, pasitaiko pavienių neesminių klaidų. Supratimo ir žinių taikymo lygmuo. 35-40 teisingų atsakymų. - 7 balai: Žinios ir gebėjimai žemesni nei vidutiniai, yra klaidų. Supratimo ir žinių taikymo lygmuo. 30-34 teisingų atsakymų. - 6 balai: Žinios ir gebėjimai tenkina minimalius reikalavimus. Yra esminių klaidų. Supratimo ir žinių taikymo lygmuo. 25-29 teisingų atsakymų. - 5 balai: Žinios ir gebėjimai tenkina minimalius reikalavimus. Daug klaidų. Supratimo ir žinių taikymo lygmuo. 21-24 teisingų atsakymų. <p>Netenkinami minimalūs reikalavimai. 0-20 teisingi atsakymai.</p> <p>4 balai 18-20 teisingų atsakymų, 3 balai 15-17, 2 balai 13-14, 1 balas 10-12, 0 balų 0-9 teisingi atsakymai</p>
Pateikties įvertinimas (pranešimai, praktiniai muzikos pritaikymo pavyzdžiai)	40 %	Semestro metu	<p>Vertinamos 6 pristatymo sritys: 1) temos atskleidimas, 2) pateikties apimtis ir forma, 3) suvokimas, 4) mokslinių šaltinių naudojimas, 5) terminologija, 6) kalbos taisyklingumas.</p> <p>1. Temos atskleidimas: 4 balai – tiksliai ir pilnai atskleistas temos turinys, pristatymas glaustas, tikslus, logiškai organizuotas; 3 balai – pristatymo turinys atitinka temą, tačiau nepakankamai logiškai organizuotas; 2 balai – nepakankamai tiksliai atskleistas temos turinys; 1 balas – pristatymas neinformatyvus, nelogiškai organizuotas; 0 balų – neteisingai atskleistas temos turinys. Jeigu įvertinta 0 balų, toliau nevertinama.</p> <p>2. Apimtis ir forma: 1 balas – pristatymas tinkamos apimties, skaidruolės tvarkingos ir aiškios, neperkrautos; 0,5 balo – netinkama apimtis, pristatymas nepakankamai informatyvus, skaidruolės perkrautos informacija; 0 balų – pristatymas per trumpas ar per daug išplėstas, skaidruolės netvarkingos, perkrautos.</p> <p>3. Suvokimas: 2 balai – puikus pristatomo darbo suvokimas, aiškus minčių ir pateikiamos medžiagos dėstymas, išsamūs atsakymai į klausimus; 1 balas – geras pristatomos medžiagos suvokimas, tačiau nepakankamai aiškus pateikimas, atsakymai į</p>

			<p>klausimus nepakankamai išsamūs; 0 balų – neteisingai atsako arba visiškai neatsako į klausimus.</p> <p>4. Moksliniai šaltiniai: 1 balas – analizuojami įvairūs mokslinės literatūros šaltiniai, jie tinkami cituojami; 0,5 balo – analizuojami tik keletas mokslinių šaltinių; jie netinkamai cituojami; 0 balų – pristatymas parengtas neanalizuojant mokslinės literatūros šaltinių.</p> <p>5. Terminologija: 1 balas – teisingai ir tiksliai naudojami terminai; 0,5 balo – nepakankamai tiksliai naudojami terminai; 0 balų – neteisingai naudojami arba nenaudojami specialieji terminai.</p> <p>6. Kalbos taisyklingumas: 1 balas – pristatymo kalba sklandi ir taisyklinga. Tekstas be gramatinių ir stiliaus klaidų; 0,5 balo – nepakankamai sklandi ir taisyklinga pristatymo kalba arba tekste pasitaiko gramatinių ir stiliaus klaidų; 0 balų – pristatymo tekste yra daug gramatinių ir stiliaus klaidų ir kalba netaisyklinga. Pristatymo įvertinimo bendras balas apskaičiuojamas sudėjus visų vertinimo sričių balus.</p>
Galutinis įvertinimas – kaupiamasis pažymys		Egzaminų sesija	Galutinis vertinimas susideda iš egzamino pažymio (K-0,6), pateikties įvertinimo (K-0,4).

Autorius	Leidimo metai	Pavadinimas	Periodinio leidinio Nr. Ar leidinio tomas	Leidimo vieta ir leidykla ar internetinė nuoroda
Rekomenduojama literatūra				
Gerulaitis, Viktoras	1994	Muzikos stilių raida (muzikos vadovėlis)		Vilnius, Muzikos švietimo centras
Katkus, Donatas	2013	Muzikos atlikimas		Vilnius, Tyto alba
Campbell, Don	2005	Mozarto muzikos poveikis		Vilties oazė
Stukas R., Šurkienė G., Dobrovolskij V.	2012	Gyvensena ir visuomenės sveikata		Vilniaus universiteto leidykla
Stukas R., Dobrovolskij V.	2017	Rekomenduojamos paros maistinių medžiagų ir energijos normos bei jų taikymas.		Vilniaus universiteto leidykla
Budrys V.	2009	Klinikinė neurologija		Vilnius, Vaistų žinios
Thaut M.H., Hoemberg V.	2014	Handbook of Neurological Music Therapy		Oxford University Press
Papildoma literatūra				
Rueger, Christoph	2000	Muzyczna apteczka: Na karzdy nastroj od A do Z		Warszawa
Saks, Oliver	2008	Musicophilia. Tales of Music and the Brain		London: Picador
Lemarquis, Pierre	2015	Empathie esthétique. Entre Mozart et Michel-Ange		Odile Jacob
Philippe Manoury, Jean-Pierre Changeux	2015	Les neurones enchantés		http://www.afirne.org/philippe-manoury-jean-pierre-changeux-les-neurones-enchantes/