

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Задорожная Людмила Ивановна
Должность: Проректор по учебной работе
Дата подписания: 19.09.2023 22:36:11
Уникальный программный ключ:
faa404d1aeb2a023b5f4a331ee5ddc540496512d

Аннотация

Б1.О.54 Основы здорового образа жизни

шифр, наименование дисциплины

направления подготовки специалистов

31.05.01 Лечебное дело

шифр направление подготовки

Цели изучения курса:

создание благоприятных условий, обеспечивающих формирование основ сохранения здоровья, формирования мотивации к активному и здоровому образу жизни (ЗОЖ); изучение закономерностей поддержания здоровья, моделирование и достижение здорового образа жизни. В практическом плане цель можно видеть в разработке мер и определении условий для сохранения и укрепления здоровья. Теоретическое обоснование и практическое применение знаний по проблеме здорового образа жизни с помощью холистического подхода к развитию ресурсов здоровья и снижения риска заболеваний.

Задачи преподавания:

1. Теоретическое обоснование патогенетической и салютогенетической моделей ЗОЖ.
2. Приобретение студентами знаний о влиянии вредных привычек на состояние здоровья и оценка влияния факторов риска (табакокурение, наркомания, несбалансированное питание, гиподинамия) на развитие различных заболеваний с целью повышения ресурсов здоровья.
3. Формирование знаний по первичной, вторичной и третичной профилактике.
4. Оценка исходного уровня физического состояния и динамическое наблюдение за состоянием здоровья и физической подготовленности лиц разного возраста.
5. Обучение студентов принципам рационального питания:
6. Приобретение студентами знаний о значении физической культуры в укреплении и сохранении здоровья.
7. Обучение студентов принципам индивидуальных гигиенических мероприятий, направленных на сохранение здоровья.
8. Формирование навыков изучения научной литературы и официальных статистических обзоров.
9. Формирование навыков общения с пациентами с учетом этики и деонтологии.
10. Клинико-психологический анализ по вопросам концептуализации методологии психологии здоровья;
11. Знание клинико-психологических, социально-психологических и этико-деонтологических аспектов взаимодействия в соответствии с концепциями психологии здоровья и видами оказания помощи.

Основные блоки и темы дисциплины (дидактические единицы):

1. Цель, задачи и принципы дисциплины «Б1.О.54 Основы здорового образа жизни». Определение понятия здоровья
2. Кодекс здоровья. Методика формирования мотивационных основ ЗОЖ
3. Понятие об иммунитете. Виды иммунитета
4. Основы профилактики вредных привычек
5. Психическое здоровье. Нервно-психические заболевания и их профилактика. Пути сохранения психического здоровья. Понятие о стрессе и дистрессе.
6. Понятие об аддикциях. Аддиктивное поведение.

7. Простудные и простудно-инфекционные заболевания
8. Инфекции, передающиеся половым путем
9. Понятие о неотложных состояниях,
10. Причины и факторы их вызывающие.

Учебная дисциплина «Б1.О.54 Основы здорового образа жизни» входит в перечень курсов базовой части части ОПОП.

В результате изучения дисциплины специалист должен обладать следующими компетенциями: УК-1.1

УК-1.1 Анализирует задачу, выделяя ее базовые составляющие, осуществляет декомпозицию задачи

Знать:

логические формы и процедуры, способствующие рефлексии по поводу собственной и мыслительной деятельности.

Уметь:

аргументированно формировать собственное суждение и оценку информации.

Владеть:

навыками сопоставления разных источников информации с целью выявления их противоречий и поиска достоверных суждений.

Дисциплина «Б1.О.54 Основы здорового образа жизни» изучается посредством чтения лекций, проведения практических занятий и самостоятельной работы студентов.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 108 часов, 3 зачетные единицы.

Вид промежуточной аттестации: зачет.

Разработчик аннотации

Зав. выпускающей кафедрой



Кueva Э.М.

Дударь М.М.