

Электронная цифровая подпись



Утверждено 27 мая 2021 г.  
протокол № 5

председатель Ученого Совета Лысов Н.А.

ученый секретарь Ученого Совета Бунькова Е.Б.

**АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ  
ДИСЦИПЛИНЫ  
«ВАЛЕОЛОГИЯ (АДАПТАЦИОННЫЙ МОДУЛЬ)»  
Блок 1**

**Часть, формируемая участниками образовательных отношений**

**Дисциплины по выбору**

Специальность 31.05.01 Лечебное дело

(уровень специалитета)

Направленность: Лечебное дело

Квалификация (степень) выпускника: Врач-лечебник

Форма обучения: очная

**Срок обучения: 6 лет**

## Аннотация рабочей программы дисциплины «Валеология (адаптационный модуль)»

**Цель дисциплины:** овладение знаниями квалифицированной и всесторонней оценки взаимодействия организма и различных факторов внешней среды и по осуществлению профилактических мероприятий, направленных на оздоровление окружающей и производственной среды и укрепление здоровья людей.

**Задачи дисциплины:** приобретение студентами знаний: 1) По основам законодательства РФ по охране здоровья населения; - влиянию факторов среды обитания на здоровье человека; - основной нормативной документации, применяемой в валеологии. 2) Важнейших методов идентификации и характеристике факторов, оказывающих положительные и отрицательные воздействия на организм в конкретных условиях жизнедеятельности. 3) По организации и проведению конкретных профилактических мероприятий, направленных на оздоровление внешней среды и укрепление здоровье населения.

4) По использованию студентами требований нормативных документов для оценки факторов среды обитания и разработки профилактических мероприятий. 5) По формированию у населения мотивации к сохранению и укреплению здоровья. 6) Формирование у студентов навыков изучения научной литературы и официальных статистических обзоров. 7) По формированию у студентов навыков общения с коллективом.

**Место дисциплины в структуре ОПОП ВО:** дисциплина «Валеология (адаптационный модуль)» относится к дисциплинам по выбору ОПОП ВО

**Содержание дисциплины:** Здоровье человека, как совокупность всех видов благополучия – биологического, психического, социального.

Понятие о средах воздействия, путях воздействия, изолированном, комбинированном, сочетанном, комплексном действиях факторов окружающей среды.

Социальная престижность здоровья.

Здоровье общественное и индивидуальное

Вклады различных факторов в формирование индивидуального здоровья. Качество и количество здоровья, дееспособность – характеристики здоровья индивидуума.

Факторы здоровья. Основные законы здоровья. Факторы риска. Особенности жизнедеятельности организма в условиях экологического загрязнения. Значение знаний по ЗОЖ для фармацевта.

Понятие и причины формирования вредных привычек. Определения понятия «привычка».

Влияние вредных привычек (табакокурение, употребление алкоголя и наркотиков) на физическое, психическое и социальное здоровье человека и общества в целом. Общий механизм их влияния на организм. Причины формирования вредных привычек, основные принципы профилактики.

Концепции и принципы рационального питания, сбалансированность пищевого рациона.

Физиолого-гигиенические нормы питания. Методы изучения индивидуального питания. Методы оценки адекватности питания. Понятие о пищевом статусе. Белки, жиры, углеводы, их пищевая и биологическая ценность

Медицинский контроль за адекватностью питания. Расчетный метод оценки адекватности питания

Таблицы контроля рациона питания

Взаимоотношения «врач-пациент» в ходе профилактического консультирования. Азбука эффективного мотивационного консультирования. Варианты профилактического консультирования.

Углубленное профилактическое консультирование:

Повышенное артериальное давление (артериальная гипертензия)

Избыточная масса тела (ожирение). Нерациональное питание.

Гиперхолестеринемия. Дислипидемия.

Гипергликемия.

Потребление табака (курение).

Психологические аспекты эффективного профилактического консультирования при пагубном потреблении алкоголя.

Пагубное потребление наркотиков, психотропных средств без назначения врача

Формирование ценностного отношения к здоровью пациентов.

Формирование валеологической культуры пациентов и их родственников.

Внедрение традиций, пропагандирующих и способствующих здоровому образу жизни.

Отслеживание параметров личностного здоровья. Профилактика и коррекция социальных вредностей.

Факторы риска развития заболеваний и их коррекция.

**Общая трудоемкость освоения дисциплины** составляет 2 зачетные единицы

**Объём дисциплины (модуля) по видам учебных занятий (в часах):**

| Объём дисциплины  | Всего часов | 3 семестр |
|---|-------------|-----------|
| <b>Общая трудоемкость дисциплины</b>  | <b>72</b>   | <b>72</b> |
| <b>Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего) (аудиторная работа):</b> | <b>48</b>   | <b>48</b> |
| Лекции (всего)  | 12          | 12        |
| Практические занятия (всего)  | 36          | 36        |
| Самостоятельная работа обучающихся  | 24          | 24        |
| Вид промежуточной аттестации обучающегося (зачет)   | +           | +         |

При освоении дисциплины обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения:

| Код компетенции     | Содержание компетенции   |
|---------------------|--|
| УК-8                | Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов |
| иУК-8.1.<br>Знать   | требования, предъявляемые к безопасности условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций и пути обеспечения комфортных условий труда на рабочем месте.  |
| иУК-8.2.<br>Уметь   | обеспечивать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций и комфортные условия труда на рабочем месте; выявлять и устранять проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте;  |
| иУК-8.3.<br>Владеть | навыками предотвращения возникновения чрезвычайных ситуаций (природного и техногенного происхождения) на рабочем месте.  |

**Формы проведения аудиторных занятий по дисциплине «Валеология»** – занятия семинарского типа

**Формы проведения самостоятельной работы:** подготовка к занятиям (ПЗ); подготовка к текущему контролю (ПТК); Реферат (Реф); Ситуационные задачи; Работа с учебной литературой

**Формы промежуточной аттестации:**

| дисциплины | Формы: | Сроки проведения: |
|------------|--------|-------------------|
| Валеология | зачёт  | 12 семестр        |