АННОТАЦИЯ

 рабочей программы по дисциплине

по дисциплине «**Формирование здорового образа жизни»**

Направление подготовки (специальность) **31.05.03.** **Стоматология**

Уровень высшего образования **Специалитет**

Квалификация выпускника: **врач-стоматолог**

Факультет: **стоматологический**

Форма обучения: **очная**

1. **ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.**

**Цель** – сформировать у студентов мотивацию на процесс развития, поддерживания, укрепления здоровья людей, средствами здорового образа жизни, активизировать студентов в деле охраны собственного и общественного здоровья; формирование мышления здорового образа жизни у будущих врачей в соответствии со стратегией современного здравоохранения, направленной на здоровье сберегающие технологии и первичную профилактику заболеваний.

**Задачи**:

-формирование у студентов системных знаний по научным основам здорового образа жизни (ЗОЖ) с целью пропаганды ЗОЖ при дальнейшей работе с населением.

- формирование у студентов готовности и способности использовать, знания, умения и навыки для сохранения и укрепления здоровья человека в сфере профессиональной деятельности.

**ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ**

Формируемые в процессе изучения учебной дисциплины компетенции:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Наименование категории компетенции |  |
|  | **1** | **2** |
| **1** | **Профессиональные компетенции** | **ОК – 3 Способность анализировать основные этапы и закономерности исторического развития общества для формирования гражданской позиции** |
| **Знать:** * основные факторы риска здоровья,
* основные методы оценки физического здоровья,
* принципы рационального питания,
* профилактику вредных привычек,
* распространенные методы оздоровления организма,
* значение двигательной активности для сохранения и укрепления здоровья,
* преимущества профилактики факторов риска в детстве,
* роль семьи и школы в этом процессе.
 |
| **Уметь:** * проводить анализа здорового образа жизни состояния здоровья;
* использовать физические,
* психологические и физиологическиесредства и методы с оздоровительной целью;
* вести с детьми и взрослыми индивидуальную и коллективную работу по формированию здорового образа жизни;
* проводить санитарно-просветительную работу среди населения,
* использовать современные методы самодиагностики,
* самооценки здоровья,
 |
| **Владеть:** методами оценки и коррекции функциональных состояний и работоспособности пациента;  |

1. Перечень планируемых результатов обучения.

Формируемые в процессе изучения учебной дисциплины (модуля) компетенции:

1. МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Учебная дисциплина «Формирование здорового образа жизни» Б1.В.ДВ.1.3, относится к вариативной дисциплине по выбору учебного плана по специальности 31.05.03 – «Стоматология»

Материал дисциплины опирается на ранее приобретенные студентами знания по химии, биологии, анатомии, физической культуре и спорту.

1. ТРУДОЕМКОСТЬ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ КОНТАКТНОЙ РАБОТЫ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Виды работы** | **Всего часов** | **В II семестре** |
| **1** | **2** | **3** |
| Контактная работа (всего), в том числе: |  |  |
| Аудиторная работа |  |  |
| Лекции (Л) | **8** | **8** |
| Практические занятия (ПЗ), | **16** | **16** |
| Семинары (С) |  |  |
| Лабораторные работы (ЛР) |  |  |
| Внеаудиторная работа |  |  |
| Самостоятельная работа обучающегося (СРО) | **48** | **48** |
| Вид промежуточной аттестации | зачет |  |  |
| ИТОГО: Общая трудоемкость | час. |  72 |  72 |
| ЗЕТ |  2 |  2 |

Разделы дисциплины (модуля), виды учебной деятельности и формы текущего контроля

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | №семестра | Наименование раздела дисциплины  | Виды деятельности**(в часах)** | Оценочные средства для текущегоконтроля**успеваемости** |
| **Л** | **ЛР** | **ПЗ** | **СРО** | **всего** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** |
| **1** | **3** | Формирование здорового образа жизни,-направления, цели, задачи. | **1** |  | **2** | **6** | **9** | Тесты, ситуа-ционные задачи, контрольные работы, устный опрос, рефераты |
| **2** | **3** | Здоровый образ жизни - ЗОЖ. Фак-торы риска. Вредные привычки. Антропогенно – экологические факторы здоровья. | **1** |  | **2** | **6** | **9** | Тесты, ситуа-ционные задачи, контрольные работы, устный опрос, рефераты |
| **3** | **3** | «Движение и здоровье. Физиология физического и умственного труда и способы оценки работоспособности. Гармония биоритмов и здоровье». | **1** |  | **2** | **6** | **9** | Тесты, ситуа-ционные задачи, контрольные работы, устный опрос, рефераты |
| **4** | **3** | «Кровь – зеркало организма». Оценка здоровья по анализу крови.Влияние состояния иммунной системы на здоровье» | **1** |  | **2** | **6** | **9** | Тесты, ситуа-ционные задачи, контрольные работы, устный опрос, рефераты |
| **5** | **3** |  В ритме здорового сердца. Сосуды жизни | **1** |  | **2** | **6** | **9** | Тесты, ситуа-ционные задачи, контрольные работы, устный опрос, рефераты |
| **6** | **3** | Дыхание – источник жизни, здоровья и долголетия.Питание и здоровье. Алиментарные фак-торы здоровья. | **1** |  | **2** | **6** | **9** | Тесты, ситуа-ционные задачи, контрольные работы, устный опрос, рефераты |
| **7** | **3** |  «Интегративные функции нервной системы и здо-ровье. Адаптация к повышенным пси-хическим наг-рузкам. Эмоцио-нальный стресс». | **1** |  | **2** | **6** | **9** | Тесты, ситуа-ционные задачи, контрольные работы, устный опрос, рефераты |
| **8** | **3** | Основные нап-равления валео-логической дея-тельности врача. | **1** |  | **2** | **6** | **9** | Тесты, ситуа-ционные задачи, контрольные работы, устный опрос, рефераты |
| Итого: | **8** |  | **16** | **48** | **72** |  |

**6. ВИДЫ КОНТРОЛЯ:** зачет в II семестре

**Зав. Кафедрой, профессор** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ (Р.М. Рагимов)