

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Куижева Саида Казбековна  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 24.11.2022 18:05:45  
Уникальный программный ключ:  
71183e1134ef9cfa69b20da480271b5c1a975e6f

## Аннотация

### **рабочей программы дисциплины Б1.Б.23 «Основы здорового образа жизни» специальности 31.05.03 Стоматология**

**Цель** дисциплины «Основы здорового образа жизни» — 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.

**Задачи** дисциплины: - исследование и количественная оценка состояния здоровья и резервов здоровья человека; - формирование установки на здоровый образ жизни; - сохранение и укрепление здоровья и резервов здоровья человека через приобщение его к здоровому образу жизни; - формирование ценностного отношения к своему здоровью и ЗОЖ и здоровью окружающих людей.

#### **Основные блоки и темы дисциплины (дидактические единицы):**

Цель, задачи и принципы дисциплины «Пути формирования здорового образа жизни».  
Определение понятия здоровья

Кодекс здоровья. Методика формирования мотивационных основ ЗОЖ

Понятие об иммунитете. Виды иммунитета

Основы профилактики вредных привычек

Психическое здоровье. Нервно-психические заболевания и их профилактика. Пути сохранения психического здоровья. Понятие о стрессе и дистрессе.

Понятие об аддикциях, Аддиктивное поведение.

Простудные и простудно-инфекционные заболевания

Инфекции передающиеся половым путем

Понятие о неотложных состояниях, причины и факторы их вызывающие

**Учебная дисциплина «Основы здорового образа жизни» входит в базовый перечень курсов ОП.**

**В результате изучения дисциплины специалист должен обладать следующими компетенциями:**

готовность к обучению населения основным гигиеническим мероприятиям оздоровительного характера, навыкам самоконтроля основных физиологических показателей, способствующим сохранению и укреплению здоровья, профилактике стоматологических заболеваний (ПК-12);

готовность к просветительской деятельности по устранению факторов риска и формированию навыков здорового образа жизни (ПК-13);

готовность к участию во внедрении новых методов и методик, направленных на охрану здоровья населения (ПК-19).

#### **В результате изучения дисциплины специалист должен**

**знать:** основы профилактической медицины, направленной на укрепление здоровья населения; комплексную взаимосвязь между стоматологическим здоровьем, питанием, общим здоровьем, заболеваниями; принципы здорового образа жизни; методы использования соответствующих химических средств и фармацевтических препаратов для контроля зубного налета, проведения местного фторирования и герметизации фиссур; назначения питания с позиции здоровья полости рта; правила личной гигиены полости рта, меры личной и общественной профилактики стоматологических заболеваний.

просветительской деятельности по устранению факторов риска и формированию навыков здорового образа жизни принципы здорового образа жизни; учение о здоровье детского и взрослого населения, методах его сохранения; взаимоотношения «врач-пациент», «врач-родственники»

о проводимых исследованиях, связанных с поиском и внедрением новых методов, направленных на охрану здоровья населения.

**уметь:** проводить лечение и профилактику заболеваний с использованием новейших методов.

проводить с больными и их родственниками профилактические мероприятия по повышению сопротивляемости организма к неблагоприятным факторам внешней среды; пропагандировать здоровый образ жизни.

проводить работу по пропаганде стоматологического здоровья населения; предупреждение наследственных и врожденных заболеваний; выявлять отклонения от нормы

**владеть:** методами организации первичной профилактики стоматологических заболеваний в любой возрастной группе, формирования мотивации к поддержанию стоматологического здоровья отдельных лиц, семей и общества, в том числе отказу от вредных привычек, влияющих на состояние полости рта; определением стоматологических индексов; методами самооценки состояния полости рта человека.

методами диспансеризации в стоматологии у детей и взрослых.

информацией о новых методах диагностики и лечения заболеваний, утвержденных соответствующими регламентирующими документами; навыками по внедрению новых методик в систему здравоохранения.

Дисциплина «**Основы здорового образа жизни**» изучается на лекциях, практических занятиях и в процессе самостоятельной внеаудиторной работы студентов. В лекциях раскрываются теоретические и законодательные основы всех направлений дисциплины. На практических занятиях систематизируются и закрепляются теоретические знания, отрабатывается новый, самостоятельно изученный материал путем организации дискуссии, решения ситуационных задач. Внеаудиторная работа студентов предусматривает самостоятельное изучение отдельных вопросов изучаемого курса дисциплины, подготовку рефератных сообщений, анализ ситуаций и информации, получаемой из повседневной жизнедеятельности во взаимосвязи с учебными вопросами изучаемого материала. Промежуточный контроль знаний осуществляется путем проведения контрольных работ. Итоговый контроль знаний по изученному курсу дисциплины осуществляется путем проведения зачета.

**Общая трудоемкость дисциплины** 2 зачетные единицы (72 часов).

**Вид промежуточной аттестации:** зачёт

Разработчик

Ю.Ю. Мигунова

Зав. выпускающей кафедрой

Р.М. Хадж Мохамед