

## **Аннотация**

**рабочей программы учебной дисциплины Б1.В.1.ДВ.01.02 Валеология  
специальности 31.05.01 Лечебное дело**

### **Цель дисциплины:**

исследование и количественная оценка состояния здоровья и резервов здоровья человека; формирование установки на здоровый образ жизни; сохранение и укрепление здоровья и резервов здоровья через приобщение к здоровому образу 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. Теоретическое обоснование и практическое применение знаний по проблеме здорового образа жизни с помощью холистического подхода к развитию ресурсов здоровья и снижения риска заболеваний.

### **Задачи дисциплины:**

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. Формирование знаний о первой помощи и принципах ее оказания.
5. Оценка исходного уровня физического состояния и динамическое наблюдение за состоянием здоровья и физической подготовленности лиц разного возраста.
6. Способы формирования культуры здоровья
7. Обучение студентов принципам рационального питания;
8. Приобретение студентами знаний о значении физической культуры в укреплении и сохранении здоровья.
9. Обучение студентов принципам индивидуальных гигиенических мероприятий, направленных на сохранение здоровья.
10. Формирование навыков изучения научной литературы и официальных статистических обзоров.
11. Формирование навыков общения с пациентами с учетом этики и деонтологии.
12. Клинико-психологический анализ по вопросам концептуализации методологии психологии здоровья;
13. 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 «Валеология». Определение понятия здоровья
2. Кодекс здоровья. Методика формирования мотивационных основ ЗОЖ
3. Понятие об иммунитете. Виды иммунитета
4. Первая помощь и принципы ее оказания
5. Психические аспекты здоровья. Пути сохранения психического здоровья. Понятие о стрессе.
6. Понятие об аддикциях. Аддиктивное поведение.
7. Простудные и простудно-инфекционные заболевания
8. Инфекции, передающиеся половым путем
9. Понятие о неотложных состояниях, причины и факторы их вызывающие.

Учебная дисциплина **Б1.В.1.ДВ.01.02 Валеология** входит в перечень курсов вариативной части ОП.

В результате изучения дисциплины специалист должен обладать следующими компетенциями: ПК-1; ПК-15; ПК-16

**ПК-1** способностью и готовностью к осуществлению комплекса мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья и включающих в себя формирование здорового образа жизни, предупреждение возникновения и (или) распространения заболеваний, их раннюю диагностику, выявление причин и условий их возникновения и развития, а также направленных на устранение вредного влияния на здоровье человека факторов среды его обитания

**ПК-15** готовностью к обучению пациентов и их родственников основным гигиеническим мероприятиям оздоровительного характера, навыкам самоконтроля основных физиологических показателей, способствующим сохранению и укреплению здоровья, профилактике заболеваний

**ПК-16** готовностью к просветительской деятельности по устранению факторов риска и формированию навыков здорового образа жизни

**В результате освоения дисциплины студент должен**

**Знать:**

- ✓ знать основы анатомии, физиологии, клинического мышления, возрастной психологии, теории и практики физического воспитания для работы с людьми различных возрастных групп. ПК-1; ПК-15; ПК-16
- ✓ знать концепцию здоровья и болезни, факторы здоровья и болезни. ПК-1; ПК-15; ПК-16
- ✓ влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний, вредных привычек и увеличение продолжительности жизни; ПК-1; ПК-15; ПК-16
- ✓ способы контроля и оценки индивидуального физического развития и физической подготовленности; ПК-1; ПК-15; ПК-16
- ✓ правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности ПК-1; ПК-15; ПК-16

**Уметь:**

- ✓ понимать, как увеличить контроль над состоянием здоровья, фокусируя свою деятельность не на болезни, а на здоровье. ПК-1; ПК-15; ПК-16
- ✓ оценить исходное состояние здоровья и проводить динамическое наблюдение за физическим состоянием лиц разного возраста. ПК-1; ПК-15; ПК-16
- ✓ уметь составить план индивидуального ведения пациента с учетом его психосоматических проблем и факторов риска заболеваний. иметь доступ к литературе, публикациям, Интернету по валеологии. ПК-1; ПК-15; ПК-16
- ✓ укреплять собственное здоровье, вести здоровый образ жизни ПК-1; ПК-15; ПК-16

**Владеть:**

- ✓ теоретическими и практическими знаниями в области анатомии, физиологии, специальной психологии, адаптивной физической культуры, лечебной физической культуры; ПК-1; ПК-15; ПК-16
- ✓ основными понятиями, сущностью, задачами и принципами, основными

средствами, формами и методами адаптивной физической культуры; ПК-1; ПК-15; ПК-16

- ✓ организаторскими навыками. ПК-1; ПК-15; ПК-16
- ✓ владеть методами первичной, вторичной и третичной профилактики болезни ПК-1; ПК-15; ПК-16

**Дисциплина Б1.В.1.ДВ.01.02 Валеология** изучается посредством чтения лекций, проведения практических занятий и самостоятельной работы студентов.

**Общая трудоемкость дисциплины составляет 72 часа, 2 зачетные единицы.**

**Вид промежуточной аттестации: зачет.**

Разработчик аннотации

Зав. выпускающей кафедрой



Куева Э.М.

Дударь М.М.