

Учебная дисциплина
19.09.2023 22:11:11
программный ключ:
специальности
02.03.01-02.03.04-0496512d

Б1.В1.ДВ.01.02 Валеология

31.05.01 Лечебное дело

формирование нового интегративного представления о здоровье и здоровом образе жизни, конструктивный подход к здоровью человека и разработка активной стратегии формирования здоровья. Отношение к индивидуальному здоровью и воспитание культуры здоровья в процессе индивидуального развития личности. Максимальное использование унаследованных механизмов и резервов жизнедеятельности человека и поддержание на высоком уровне адаптации организма к условиям внутренней и внешней среды. Изучение закономерностей поддержания здоровья, моделирование и достижение здорового образа жизни. Разработка мер и определении условий для сохранения и укрепления здоровья.

- 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

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.

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

- ✓ знать основы анатомии, физиологии, клинического мышления, возрастной психологии, теории и практики физического воспитания для работы с людьми различных возрастных групп в области ЗОЖ. 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. ПК-1; ПК-15; ПК-16.
- ✓ иметь доступ к литературе, публикациям, Интернету по ЗОЖ. 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.В1.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

Куева Э.М.

Зав. кафедрой морфологии

Савенко В.О.