Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
"Красноярский государственный медицинский университет
имени профессора В.Ф. Войно-Ясенецкого"
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Лечебное дело

Кафедра физической культуры
Кафедра физической и реабилитационной медицины с курсом ПО

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

"Основы здорового образа жизни"

уровень специалитета

очная форма обучения

срок освоения ОПОП ВО - 6 лет

2021 год

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
"Красноярский государственный медицинский университет
имени профессора В.Ф. Войно-Ясенецкого"
Министерства здравоохранения Российской Федерации

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной,
воспитательной работе
и молодежной политике
д.м.н., доцент
И.А. Соловьева _____

29 января 2021

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ

Дисциплины «Основы здорового образа жизни»

Для ОПОП ВО по специальности 32.05.01 Медико-профилактическое дело

Уровень специалитета

Очная форма обучения

Срок освоения ОПОП ВО - 6 лет

Лечебное дело

Кафедра физической культуры

Кафедра физической и реабилитационной медицины с курсом ПО

Курс - I

Семестр - II

Лекции - 10 час.

Практические занятия - 20 час.

Самостоятельная работа - 42 час.

Зачет - II семестр

Всего часов - 72

Трудоемкость дисциплины - 2 ЗЕ

2021 год

При разработке рабочей программы дисциплины в основу положены:

1) ФГОС ВО по специальности 32.05.01 Медико-профилактическое дело, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации 15 июня 2017 № 552.

2) Учебный план по 32.05.01 Медико-профилактическое дело, утвержденный Ученым Советом ФГБОУ ВО КрасГМУ им. проф. В.Ф. Войно-Ясенецкого Минздрава России (протокол № 5 от 17 мая 2023 г.).

3) Стандарт организации «Учебно-методический комплекс дисциплины (модуля). Часть I. Рабочая программа дисциплины (модуля). СТО СМК 8.3.05-21. Выпуск 3.»

Рабочая программа дисциплины одобрена на заседании кафедры (протокол № 2 от 28 октября 2020 г.)

Заведующий кафедрой физической культуры к.п.н., доцент Кадомцева Е.М.

Рабочая программа дисциплины одобрена на заседании кафедры (протокол № 0 от 30 ноября 1999 г.)

Заведующий кафедрой физической и реабилитационной медицины с курсом ПО ..

Согласовано:

Декан к.м.н., доцент Газенкампф А.А.

9 ноября 2020 г.

Председатель методической комиссии по специальности 32.05.01 Медико-профилактическое дело к.м.н. Шик О.Ю.

Программа заслушана и утверждена на заседании ЦКМС (протокол № 5 от 29 января 2021 г.)

Председатель ЦКМС д.м.н., доцент Соловьева И.А.

Авторы:

- к.п.н., доцент Кадомцева Е.М.

1. Вводная часть

1.1. Планируемые результаты освоения образовательной программы по дисциплине

Цель освоения дисциплины "Основы здорового образа жизни" состоит в обеспечении студентов необходимой информацией для овладения определенными знаниями и умениями по формированию здорового образа жизни с учетом последующего обучения и профессиональной деятельности; обучении навыкам общения с пациентами по вопросам сохранения индивидуального здоровья граждан, включая сокращение потребления алкоголя и табака; профилактике наиболее значимых психосоматических и социальных болезней в разных возрастных группах.

1.2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

1.2.1. Дисциплина «Основы здорового образа жизни» относится к блоку Б1 - «Дисциплины (модули)».

Биология (школьный курс)

Знания: роли витаминов в питания человека, основ анатомии и физиологии человека.

Умения: оценить содержание в различных продуктах белков, жиров, углеводов, витаминов и микроэлементов, объяснить влияние различных факторов (физическая активность, стресс и т.д.) на организм человека

Навыки: работы с литературой, написанием рефератов

2.2. Разделы дисциплины (модуля), компетенции и индикаторы их достижения, формируемые при изучении

№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Темы разделов дисциплины	Код формируемой компетенции	Коды индикаторов достижения компетенций
1	2	3	4	5
1.	Общие представления о здоровье.			
		Показатели здоровья населения. Факторы, определяющие здоровье человека.	ОПК-2, УК-7, ОПК-2	ОПК-2.1, УК-7.1, ОПК-2.2
		Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье человека. Курение. Наркомания и токсикомания.	ОПК-2, УК-7, ОПК-2	ОПК-2.1, УК-7.1, ОПК-2.2
		Факторы риска заболеваний. Проблема профилактики на современном этапе.	ОПК-2, УК-7, ОПК-2	ОПК-2.1, УК-7.1, ОПК-2.2
2.	Понятие образа жизни, его составляющие.			
		Основы здорового образа жизни современного человека. Показатели здоровья населения. Факторы, определяющие здоровье человека.	ОПК-2, УК-7, ОПК-2	ОПК-2.1, УК-7.1, ОПК-2.2
		Основы здорового образа жизни.	ОПК-2, УК-7, ОПК-2	ОПК-2.1, УК-7.1, ОПК-2.2
3.	Понятие медицинской профилактики.			
		Факторы риска заболеваний. Проблема профилактики на современном этапе. Организация системы первичной, вторичной, третичной профилактики.	ОПК-2, УК-7, ОПК-2	ОПК-2.1, УК-7.1, ОПК-2.2
		Историческая справка о начале употребления алкоголя. Культурные особенности применения алкоголя. Разумные дозы алкоголя.	ОПК-2, УК-7, ОПК-2	ОПК-2.1, УК-7.1, ОПК-2.2
		Организация системы первичной, вторичной, третичной профилактики.	ОПК-2, УК-7, ОПК-2	ОПК-2.1, УК-7.1, ОПК-2.2
		Стресс. Тревожно-депрессивные расстройства. Закаливание. Показания, противопоказания. Методики проведения.	ОПК-2, УК-7, ОПК-2	ОПК-2.1, УК-7.1, ОПК-2.2
		Общая и индивидуальная профилактика (методы индивидуальной профилактики)	ОПК-2, УК-7, ОПК-2	ОПК-2.1, УК-7.1, ОПК-2.2
4.	Болезни цивилизации и их профилактика.			
		Питание и здоровье. Избыточная масса тела и ожирение как факторы риска неинфекционных заболеваний (НИЗ). Сахарный диабет.	ОПК-2, УК-7, ОПК-2	ОПК-2.1, УК-7.1, ОПК-2.2

		Курение как фактор риска возникновения неинфекционных заболеваний (НИЗ). Миф о легких сигаретах. Влияние на человека курения кальяна.	ОПК-2, УК-7, ОПК-2	ОПК-2.1, УК-7.1, ОПК-2.2
		Чрезмерное употребление алкоголя как фактор риска возникновения неинфекционных заболеваний (НИЗ).	ОПК-2, УК-7, ОПК-2	ОПК-2.1, УК-7.1, ОПК-2.2
		Онкологические заболевания. Аллергия.	ОПК-2, УК-7, ОПК-2	ОПК-2.1, УК-7.1, ОПК-2.2
		Репродуктивное здоровье. Профилактика заболеваний, передающихся половым путем. Систематизация изученного материала. Зачет.	ОПК-2, УК-7, ОПК-2	ОПК-2.1, УК-7.1, ОПК-2.2