**АННОТАЦИЯ**

**к рабочей программе дисциплины** «Основы здорового образа жизни» **специальности 31.05.03 Стоматология**

**Дисциплина реализуется на кафедре** профилактики заболеваний, здорового образа жизни и эпидемиологии.

**В структуре ОПОП дисциплина относится к циклу части,** формируемой участниками образовательных отношений:Б1.В.02.

**Общая трудоемкость дисциплины:** 2 зачетные единицы, 72 час.**,** из них аудиторных 48 час.

**Является основой для изучения последующих дисциплин:** Физическая культура и спорт, Безопасность жизнедеятельности, Гигиена, Эпидемиология, Общественное здоровье и здравоохранение.

**Цель дисциплины –** приобретение знаний и навыков, необходимых для формирования у будущих врачей-стоматологов направления профессионального профилактического мировоззрения, позитивного отношения к здоровью и здоровому образу жизни, пониманию роли и значения работы с населением по формированию здорового образа жизни, профилактике социально значимых заболеваний, болезней зависимости, в том числе, методами гигиенического воспитания медицинской активности: повышение медицинской активности самих обучающихся, сохранение и укрепления индивидуального здоровья.

**Задачи дисциплины –**

- освоение теоретических основ и принципов здорового образа жизни,

- приобретение знаний о факторной обусловленности здоровья, роли образа жизни в формировании здоровья различных групп населения;

- формирование представлений о здоровом образе жизни как основе профилактики важнейших инфекционных и неинфекционных заболеваний;

- приобретение знаний о рациональном питании как основополагающем факторе здорового образа жизни;

- изучение психологического и физиологического влияния вредных привычек (табакокурения, потребления алкогольсодержащих напитков, наркотических и токсических веществ) на организм человека;

- приобретение знаний о психическом здоровье, влиянии эмоционального стресса на здоровье;

- изучение влияния двигательной активности на организм человека;

- формирование основополагающих представлений о медицинской активности и ее параметрах;

**Планируемые результаты освоения дисциплины в компетентностном формате:** универсальные (УК-6, УК-7), общепрофессиональные (ОПК-4), профессиональные (ПК-8).

**Содержание дисциплины:** Модуль 1. Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Государственная политика в области здоровьесбережения. Модуль 2. Рациональное питание как основной фактор здорового образа жизни. Модуль 3. Двигательная активность и здоровье. Модуль 4. Психологические основы здоровья. Стресс и его влияние на здоровье. Аддиктивное поведение. Модуль 5. Психологическое и физиологическое влияние вредных привычек на организм человека. Меры профилактики. Модуль 6. Здоровый образ жизни - основа профилактики важнейших инфекционных и неинфекционных заболеваний.

**Виды самостоятельной работы студентов:** самоподготовка по учебно-целевым вопросам, решение ситуационных задач, по вопросам к защите модуля; подготовка к тестированию (текущий, промежуточный контроль), самоподготовка по заданным вопросам (билетам)

**Основные образовательные технологии:** информационные тестовые процессоры, электронные таблицы, программное обеспечение, презентации, аудио - и видео конференции.

**Перечень оценочных средств:** собеседование, устный опрос, решение ситуационных задач, тестирование, билеты к заключительному занятию (зачтено).

**Виды и формы контроля:** текущий, промежуточный (зачтено).