

## Аннотация

### к рабочей программе по дисциплине «Физиологические аспекты здорового образа жизни»

**Направление подготовки (специальность):** педиатрия 31.05.02

**Уровень высшего образования:** специалитет

**Квалификация (степень) выпускника:** врач-педиатр

**Факультет:** педиатрический

**Форма обучения:** очная

Трудоемкость (зачетные единицы, часы)	1 з.е., 36 часов
Цель дисциплины	сформировать у студентов знания по поддержанию здоровья и здорового образа жизни населения, умения давать рекомендации по здоровому питанию в соответствии с двигательной активностью и занятиями физической культурой, направленные на профилактику болезней человека, а значит продление активной жизнедеятельности и работоспособности. Использовать полученные знания и умения в своей будущей профессиональной деятельности.
Место дисциплины в структуре образовательной программы	Дисциплина "Физиологические аспекты здорового образа жизни" реализуется в рамках дисциплин по выбору БЛОКА 1 «Дисциплины (модули)».
Обеспечивающие (предшествующие) дисциплины	«Физика, математика», «Биология», «Химия», «Биоорганическая химия»
Обеспечиваемые (последующие) дисциплины	«Микробиология, вирусология», «Иммунология», «Патологическая анатомия, клиническая патологическая анатомия», «Патофизиология, клиническая патофизиология», «Общая хирургия», «Фармакология», «Клиническая фармакология», «Гигиена», «Медицинская реабилитация», «Неврология, медицинская генетика, нейрохирургия» «Оториноларингология», «Офтальмология», «Судебная медицина», «Акушерство и гинекология», «Пропедевтика детских болезней», «Основы формирования здоровья детей», «Факультетская педиатрия, эндокринология»
Формируемые компетенции	ОПК-9, ПК-1 А, Д, ПК-15, ПК-16
Результаты освоения дисциплины	<b>Знать:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• предмет, задачи, цель дисциплины и ее значение для своей будущей профессиональной деятельности;</li><li>• закономерности функционирования и механизмов регуляции деятельности клеток, тканей, органов, систем здорового организма, рассматриваемые с позиций общей физиологии, частной физиологии и интегративной деятельности человека;</li><li>• сущность методик исследования различных функций здорового организма, которые используются в практической медицине;</li><li>• закономерности формирования и регуляции основных форм поведения организма в зависимости от условий его существования;</li></ul>

- возрастные особенности физиологических систем организма;
- физиологические механизмы и принципы нервной и гуморальной регуляции функций органов и систем, понятие о стрессе и стрессорах, закономерности роста и развития организма, методы и средства оценки здоровья человека, механизмы функционирования организма при воздействии факторов внешней среды;
- особенности организации здорового образа жизни людей различных возрастных групп, принципы рациональной организации режима дня, составление пищевых рационов, механизмы влияния физических нагрузок на организм, физиологические механизмы протекания стресса и адекватные способы повышения стрессоустойчивости;
- составляющие здорового образа жизни, основные факторы риска развития заболеваний сердечно-сосудистой, дыхательной систем, виды и основные правила закаливания, влияние различных экологических факторов на показатели дыхания, дыхание в условиях повышенного и пониженного барометрического давления, механизмы развития и способы предотвращения кессонной и горной болезни, значение нервных, гормональных и метаболических перестроек в организме при стрессе, физиологические механизмы протекания стресса и факторы, повышающие стрессоустойчивость, условия труда, социальный микроклимат и социально-бытовые условия как факторы риска здоровья человека, патофизиологический и биохимические факторы риска здоровья, эндогенные факторы риска, неуправляемые, управляемые, модифицируемые факторы риска.

**Уметь:**

- определять и оценивать величину обмена веществ;
- измерять и оценивать температуру тела;
- анализировать научную литературу по физиологии здорового образа жизни; делать выводы о тенденциях и закономерностях; обосновывать свою точку зрения;
- анализировать результаты исследования функционального состояния организма и давать комплексную оценку состояния здоровья человека, анализировать и оценивать пищевой рацион, давать рекомендации по организации здорового образа жизни на основании современных научных концепций.

**Владеть:**

- методами расчета биологического возраста, составления паспорта здоровья, определения коэффициента здоровья, измерения артериального давления методом Короткова, динамометрии, оценки показателей стресса и стрессоустойчивости;
- методами интегративной оценки здоровья, оценки показателей стресса и стрессоустойчивости, составления суточного пищевого рациона с учетом возраста, функционального состояния, вида деятельности организма;
- навыками самостоятельной работы, самоорганизации и организации выполнения действий;
- навыками публичной речи, аргументации, ведения дискуссии;
- навыками сбора и обобщения информации.

Основные разделы дисциплины	<p>Понятие и виды здоровья. Факторы, обуславливающие здоровье человека.</p> <p>Физиологические основы питания. Обмен веществ и энергии.</p> <p>Терморегуляция.</p>
Виды учебной работы	Лекции, практические (семинарские) занятия, самостоятельная работа студента
Используемые инновационные (активные и интерактивные) методы обучения	<p>Демонстрация практической работы на Biopac Student Lab с обсуждением в рамках интерактивного метода ситуационного анализа.</p> <p>Просмотр учебного видеофильма с обсуждением в рамках интерактивного метода ситуационного анализа.</p> <p>Практическое занятие в форме практикума.</p>
Формы текущего (рубежного) контроля	Тестовый контроль, устный опрос, терминологический диктант, протоколы практических работ, защита реферативных работ, ситуационные задачи
Форма промежуточной аттестации	Зачет