

Электронная цифровая подпись

Прохоренко Инга Олеговна  F C 9 3 E 9 6 B C 8 C 2 1 1 E 9
Бунькова Елена Борисовна  F C 9 3 E 8 6 A C 8 C 2 1 1 E 9

Утверждено "25" мая 2023 г.  
Протокол № 5

председатель Ученого Совета  
Прохоренко И.О.  
ученый секретарь Ученого Совета  
Бунькова Е.Б.

**АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ  
ДИСЦИПЛИНЫ  
«Санология»**

**Факультатив**

Специальность 33.05.01 Фармация  
(уровень специалитета)  
Направленность: Фармация  
Квалификация (степень) выпускника: Провизор  
Форма обучения: очная

**Срок обучения: 5 лет**

### **Аннотация рабочей программы дисциплины «Санология»**

**Цель дисциплины:** овладение знаниями квалифицированной и всесторонней оценки взаимодействия организма и различных факторов внешней среды и по осуществлению профилактических мероприятий, направленных на оздоровление окружающей и производственной среды и укрепление здоровья людей.

**Задачи дисциплины:** приобретение студентами знаний: 1) По основам законодательства РФ по охране здоровья населения; - влиянию факторов среды обитания на здоровье человека; - основной нормативной документации, применяемой в санологии. 2) Важнейших методов идентификации и характеристике факторов, оказывающих положительные и отрицательные воздействия на организм в конкретных условиях жизнедеятельности. 3) По организации и проведению конкретных профилактических мероприятий, направленных на оздоровление внешней среды и укрепление здоровье населения.

4) По использованию студентами требований нормативных документов для оценки факторов среды обитания. 5) По формированию у населения мотивации к сохранению и укреплению здоровья. 6) Формирование у студентов навыков изучения научной литературы и официальных статистических обзоров.

**Место дисциплины в структуре ОПОП ВО:** дисциплина «Санология» относится к факультетам по специальности «Фармация».

**Содержание дисциплины:** Понятия здоровье, образ жизни. Стиль жизни. Факторы здоровья. Основные законы здоровья. Факторы риска. Особенности жизнедеятельности организма в условиях экологического загрязнения. Структура рождаемости и смертности. Значение знаний по ЗОЖ для профессии провизора.

Этапы физического и психического развития детей и подростков. Мониторинг здоровья и экологическая среда.

Определения понятия «привычка». Влияние вредные привычек (табакокурение, употребление алкоголя и наркотиков) на физическое, психическое и социальное здоровье человека и общества в целом. Общий механизм их развития на организм. Причины формирования вредных привычек, основные принципы профилактики.

Понятие о питании. Правильное питание как фактор здорового образа жизни. Энергетические затраты и энергетическая ценность питательных веществ. Понятие о Рациональном и сбалансированном питании. Режим питания. Основные направления профилактики заболеваний, вызванных неправильным питанием.

Основные составляющие психического здоровья: когнитивный и эмоциональный компонент. Знакомство с методами, упражнениями, тренингами, заданиями и т.д., направленными на развитие, улучшение и тренировку внимания, памяти, мышления, воображения взрослого.

Особенности психического состояния студентов в процессе получения высшего профессионального образования.

Понятие о рациональном режиме дня. Режим дня и его физиологическое значение, Организация сна, смена видов деятельности, чередование труда и отдыха. Биоритмы, их происхождение и значение в жизни организма. Профилактика переутомления человека.

**Общая трудоемкость освоения дисциплины составляет 1 зачетная единица**

**Объем дисциплины (модуля) по видам учебных занятий (в часах) для очной формы обучения:**

<b>Объем дисциплины</b>	<b>Всего часов</b>	<b>7 семестр часов</b>
<b>Общая трудоемкость дисциплины, часов</b>	<b>36</b>	<b>36</b>
<b>Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего) (аудиторная работа):</b>	<b>17</b>	<b>17</b>
<b>Лекции (всего)</b>	<b>6</b>	<b>6</b>

<b>Практические занятия (всего)</b>	<b>11</b>	<b>11</b>
<b>СРС (по видам учебных занятий)</b>	<b>18</b>	<b>18</b>
<b>Вид промежуточной аттестации обучающегося (Зачет)</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
<b>Контактная работа обучающихся с преподавателем (ИТОГО)</b>	<b>18</b>	<b>18</b>
<b>СРС (ИТОГО)</b>	<b>18</b>	<b>18</b>

В результате освоения ОПОП обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине (модулю) «Санология»

<b>Код компетенции</b>	<b>Содержание компетенции</b>
<b>УК-7</b>	<b>Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</b>
Знать	методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Уметь	использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Владеть	способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
<b>УК-7.1</b>	<b>Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма</b>
Знать	социальную роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности; принципы здорового образа жизни; ценности физической культуры и спорта; значение физической культуры в жизнедеятельности человека; культурное, историческое наследие в области физической культуры; факторы, определяющие здоровье человека, понятие здорового образа жизни и его составляющие
Уметь	разбираться в вопросах физической культуры, применяемой в целях профилактики и лечения; применять методы физической культуры для улучшения здоровья, работоспособности и хорошего самочувствия; работать самостоятельно и в коллективе, руководить людьми и подчиняться; обладать способностью к организации жизни в соответствии с социально- значимыми представлениями о здоровом образе жизни
Владеть	навыками ведения здорового образа жизни, участвовать в занятиях физической культурой; владеть средствами самостоятельного, методически правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья
<b>УК-7.2</b>	<b>Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности</b>
Знать	принципы и закономерности воспитания и совершенствования физических

	<p>качеств;</p> <p>способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;</p> <p>методические основы физического воспитания, основы самосовершенствования физических качеств и свойств личности</p>
Уметь	самостоятельно применять методы и средства познания, обучения и самоконтроля, выстраивать и реализовывать перспективные линии физического, интеллектуального, культурного, нравственного, духовного и профессионального саморазвития и самосовершенствования
Владеть	различными современными понятиями в области физической культуры
<b>УК-7.3</b>	<b>Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности</b>
Знать	<p>требования к уровню его психофизической подготовки к конкретной профессиональной деятельности;</p> <p>влияние условий и характера труда специалиста на выбор содержания производственной физической культуры, направленного на повышение производительности труда</p>
Уметь	<p>обладать способностью к социальному взаимодействию на основе принятых моральных и правовых норм, демонстрируя уважение к людям, толерантность к другой культуре, готовность к поддержанию партнерских отношений;</p> <p>оценить современное состояние физической культуры и спорта в мире;</p> <p>придерживаться здорового образа жизни;</p> <p>самостоятельно поддерживать и развивать основные физические качества в процессе занятий физическими упражнениями; осуществлять подбор необходимых прикладных физических упражнений для адаптации организма к различным условиям труда</p>
Владеть	<p>методиками и методами самодиагностики, самооценки, средствами оздоровления для самокоррекции здоровья различными формами двигательной деятельности, удовлетворяющими потребности человека в рациональном использовании свободного времени;</p> <p>методами самостоятельного выбора вида спорта или системы физических упражнений для укрепления здоровья; здоровьесберегающими технологиями; средствами и методами воспитания прикладных физических (выносливость, быстрота, сила, гибкость и ловкость) и психических (смелость, решительность, настойчивость, самообладание, и т.п.) качеств, необходимых для успешного и эффективного выполнения определенных трудовых действий;</p> <p>методами физического самосовершенствования и самовоспитания</p>

**Формы проведения аудиторных занятий по дисциплине** – лекции и практические занятия

**Формы проведения самостоятельной работы:** подготовка к занятиям (ПЗ); подготовка к текущему контролю (ПТК); Реферат (Реф), презентация. Работа с учебной литературой, решение ситуационных задач

**Формы промежуточной аттестации:**

дисциплины	Формы:	Сроки проведения:
<i>Факультатив</i>		
Санология	зачёт	7

**В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:**  
**Универсальные (УК-7)**

УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности