

**Аннотация  
к рабочей программе  
учебной дисциплины/профессионального модуля  
по программе подготовки специалистов среднего звена  
по специальности**

**31.02.05 СТОМАТОЛОГИЯ ОРТОПЕДИЧЕСКАЯ (2 года 10 месяцев)**

ОП.10	Здоровый образ жизни
-------	----------------------

### **1.Цели и задачи УД (ПМ)**

#### **Цель**

- максимальная ориентация на овладение профессиональными базовыми знаниями и умениями, необходимыми для формирования здорового образа жизни;
- сформировать систему знаний студентов о здоровом образе жизни и роли физической культуры в обеспечении здоровья.

#### **Задачи дисциплины:**

- **подготовить среднего медицинского работника, способного применять полученные знания в профессиональной деятельности и повседневной жизни.**

### **2.Место УД (ПМ) в структуре ППССЗ**

Учебная дисциплина «Здоровый образ жизни» входит в состав профессиональных дисциплин Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (ФГОС СПО) по направлению подготовки по специальности 31.02.05.Стоматология ортопедическая (2года 10 месяцев).

### **3.Результаты освоения УД (ПМ)**

#### **Умения:**

- правила личной гигиены, режим труда и отдыха;
- оценивать влияние различных факторов на здоровье человека;
- организовывать и проводить оздоровительные мероприятия;
- предпринимать профилактические меры для снижения уровня инфекционных заболеваний;
- оценивать функциональные состояние, работоспособность и уровень здоровья человека;
- соблюдать режим труда и отдыха

#### **Знания:**

- понятия о здоровье, образе жизни;
- о здоровом образе жизни, его компонентах и принципах организации;
- о мотивациях к сохранению здоровья и здоровому образу жизни;
- влияние неблагоприятных факторов окружающей среды на здоровье человека;
- о вредных привычках и факторах, ухудшающих состояние здоровья;
- факторы, влияющие на здоровье человека; воздействие стресса на организм человека;
- правила гигиены, способствующие поддержанию высокой работоспособности принципы рационального питания;
- влияние двигательной активности и физического воспитания на здоровье человека;

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

- ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
- ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
- ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.
- ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
- ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.
- ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.
- ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), за результат выполнения заданий.
- ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
- ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.
- ОК 10. Бережно относиться к историческому наследию и культурным традициям народа, уважать социальные, культурные и религиозные различия.
- ОК 11. Быть готовым брать на себя нравственные обязательства по отношению к природе, обществу и человеку.
- ОК 12. Оказывать первую (доврачебную) медицинскую помощь при неотложных состояниях.
- ОК 13. Организовывать рабочее место с соблюдением требований охраны труда, производственной санитарии, инфекционной и противопожарной безопасности.
- ОК 14. Вести здоровый образ жизни, заниматься физической культурой и спортом для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

#### **4.Количество часов на освоения УД (ПМ)**

максимальная учебная нагрузка обучающегося –88часов

обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося – 72 часов

самостоятельная работа обучающегося – 16часов

#### **5.Контроль результатов освоения УД (ПМ): виды текущего контроля, формы промежуточной аттестации**

##### **Формы текущего контроля:**

- устный контроль
- письменный контроль
- тестирование

##### **Формы промежуточного контроля:**

- зачет