## Аннотация к рабочей программе дисциплины

## «Здоровый образ жизни и экология человека»

**Направление подготовки:** *35.03.08 «Водные биоресурсы и аквакультура»*

**Направленность (профиль):** *Аквакультура*

**Квалификация выпускника:** бакалавр

**Цель освоения дисциплины:** *формирование у студентов представления о здоровом образе жизни и взаимодействии человека, природы и общества*

**Объем дисциплины:** *1 зачетная единица – 36 часов*

**Семестр:***2*

**Краткое содержание основных разделов дисциплины:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/праздела | Основные разделы дисциплины | Краткое содержание разделов дисциплины |
| 1 | Экология человека как научная дисциплина | Введение в дисциплину «Здоровый образ жизни и экология человека». Предмет и задачи экологии человека, ее связь с другими науками. Структура экологии человека как науки. История развития человеческого общества и взаимосвязь с окружающей средой. Согласованность деятельности человека с законами и принципами общей экологии. Экологическая дифференциация человечества. |
| 2 | Взаимодействие человека, природы и общества | Соотношение понятий: «окружающая среда», «жизненная среда», «среда человека» и др. Подходы к изучению свойств окружающей среды. Представление о качестве среды человека. Антропо-экологические критерии качества окружающей среды. Анализ качества социальной среды современного общества. Человек как компонент окружающей среды. Население мира и его регионов: численность, пространственное распределение, возрастная структура, миграция, изменения в прошлом, прогноз, демографическая политика. Система «Человек – окружающая среда». Подходы к изучению. Составные части окружающей среды: природная среда, искусственная физическая среда, социально-экономическая среда. Формы воздействия человека на окружающую среду и реакция окружающей среды на воздействие человека.  |
| 3 | Основные принципы здорового образа жизни | Основные принципы здорового образа жизни. Траектория саморазвития на основе принципов здорового образа жизни. Влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья и профилактику профессиональных заболеваний. Изучение комплексов оздоровительной или адаптивной физической культуры. Планирование и организация рациональной жизнедеятельности. Рациональная организация жизнедеятельности студента |
| 4 | Экология и здоровье населения. Промежуточная аттестация. | Индивидуальное и популяционное здоровье и методы их оценки. Питание как фактор сохранения и укрепления здоровья. Правильная организация рабочего пространства, как залог обеспечения безопасных и комфортных условий труда на рабочем месте. Здоровье населения урбанизированных территорий. Заболеваемость населения в условиях городской среды. Экологические аспекты заболеваний. Методы оценки влияния загрязнения окружающей среды на здоровье населения.  Комплексное воздействие антропогенных факторов (промышленности, транспорта, сельского хозяйства, прочих отраслей и сфер деятельности). Заболевания, вызванные антропогенным загрязнением окружающей среды. Проблемы качества жизни и экологической безопасности. |

**Форма промежуточной аттестации:** зачет