

**Аннотация к рабочей программе дисциплины
«Здоровый образ жизни и экология человека»**

Направление подготовки: 01.03.04 Прикладная математика

Направленность (профиль): Математическое и программное обеспечение систем обработки информации и управления

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/п раздела | 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