

Аннотация рабочей программы дисциплины

«ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВЬЯ»

для студентов 4 курса

направление подготовки (специальность)

34.03.01 Сестринское дело, квалификация - бакалавр

Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ФГОС ВО 3++) - бакалавриат по направлению подготовки **34.03.01 Сестринское дело, квалификация – бакалавр**, с учётом соответствующей примерной основной образовательной программы, включенной в реестр примерных основных образовательных программ (ПООП).

Целью освоения дисциплины является формирование у обучающихся профессиональных компетенций для оказания квалифицированной медицинской помощи в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом.

Задачами освоения дисциплины являются:

- Научить студентов применять систематизированные знания по основам формирования здоровья, предупреждению возникновению заболеваний среди населения путем проведения профилактических мероприятий.
- Освоение студентами практических умений по проведению санитарно-просветительной работы и обучению населения основным гигиеническим мероприятиям оздоровительного характера, способствующим профилактике возникновения заболеваний и укреплению здоровья.
- Обучение студентов практическим умениям формирования у населения мотивации, направленной на сохранение и укрепление своего здоровья.

Планируемые результаты обучения по дисциплине

Формируемые компетенции	Планируемые результаты обучения В результате изучения дисциплины студент должен:
ПК-9 Способность и готовность к формированию мотивированного отношения каждого человека к сохранению и укреплению своего здоровья и здоровья окружающих	Знать: -основы пропаганды здорового образа жизни; - основы гигиенического воспитания населения -принципы и содержание гигиенического воспитания; -профилактические и гигиенические мероприятия оздоровительного характера, способствующие сохранению здоровья населения в различные возрастные периоды. Уметь: -формировать у населения мотивацию и гигиеническое поведение, направленное на сохранение и укрепление здоровья, используя различные методы и средства гигиенического обучения. Владеть: - методами, средствами и формами гигиенического воспитания и пропаганды здорового образа жизни; - методикой санитарно-просветительной работы с населением: составлять беседы и лекции, издавать санитарные бюллетени по вопросам формирования здорового образа жизни.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина «Основы формирования здоровья» входит в ФГОС ВО 3++ - бакалавриат Блока 1 ПООП (Б1.Б19.) по направлению подготовки 34.03.01 Сестринское дело, квалификация – бакалавр.

Объём дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа, в том числе 24 часа, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем и 48 часов самостоятельной работы обучающихся.

ФОРМЫ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в VIII семестре в форме **зачета**, включающего 3 этапа: тестовый контроль знаний, оценка владения практическими навыками (умениями) и собеседование:

- оценка практических умений (учитывается оценка на предметной олимпиаде и за санитарно-просветительную работу в образовательных учреждениях),
- тестовый контроль знаний (решение 25 тестовых заданий);
- собеседование по контрольным вопросам (в билете два вопроса).

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Модуль 1. Современные представления об основах формирования здоровья

1.1. Вводное занятие. Науки, изучающие здоровье, их содержание и задачи.

Основные научные направления познания о здоровье человека. Науки «Валеология», «Санология», их место в системе других наук. Основные понятия, определяющие закономерности бытия человека: жизнь, адаптация, генотип, фенотип, здоровье, болезнь, образ жизни человека. Правила написания реферата и доклада. Основные требования к оформлению презентации.

1.2. История учения о здоровье.

Понятие «здоровье» в различные социально-экономические формации в истории человечества. Эволюция взглядов на категорию «здоровье», факторов, влияющих на него, понятие «болезни» и ее причины. Вклад выдающихся ученых в формирование профилактического направления медицины.

1.3. Здоровье и болезнь: подходы и понятия. Составляющие здоровья. Уровень здоровья и его оценка.

Современные аспекты оценки уровня здоровья человека. Современные дефиниции «здоровья». Составляющие здоровья. Концептуальные подходы к выделению различных групп дефиниций здоровья. Компоненты здоровья ребенка. Понятия: оценка здоровья, уровень здоровья. Факторы, определяющие здоровье и критерии, характеризующие здоровье. Группы

здоровья. Понятия «болезни», «хронические заболевания», «этиология», «патогенез», исходы болезни. Причины и условия возникновения болезни.

1.4. Индивидуальное и общественное здоровье и факторы, их определяющие. Современная классификация факторов, определяющих здоровье. Факторы риска и факторы устойчивости.

Индивидуальное здоровье. Общественное здоровье населения. Основные факторы риска важнейших заболеваний и их социально-медицинское значение. Классификация факторов, определяющих здоровье. Факторы риска снижения здоровья и факторы устойчивости. Группы риска для здоровья.

1.5. Анатомо-физиологические, психологические и социальные особенности человека в разные возрастные периоды.

Общие понятия о возрасте и возрастных периодах жизни человека. Хронологический возраст. Биологический возраст. Возрастные периоды. Критические фазы роста и развития детей. Рост и развитие. Основные закономерности роста и развития ребенка. Возрастные особенности здорового человека.

1.6. Роль наследственности в формировании здоровья человека. Генеалогический анамнез.

Наследственность и здоровье, наследственность и патология. Понятия «генофонд человека», «генетический груз». Хромосомные болезни, моногенные болезни: общие вопросы. Мультифакториальные болезни: наиболее распространенные. Общие и частные механизмы реализации наследственной предрасположенности. Оценка генеалогического анамнеза. Генеалогический метод. Первичная и вторичная профилактика наследственных болезней. Медицинская и клиническая генетика. Классификация болезней в зависимости от относительной значимости наследственных и средовых факторов в их развитии. Периконцепционная профилактика: содержание, показания.

1.7. Биологический анамнез (особенности онтогенеза). Роль грудного вскармливания в формировании здоровья.

Биологический анамнез. Оценка биологического анамнеза. Понятие о малых аномалиях развития. Грудное вскармливание как биологический фактор формирования здоровья. Преимущества грудного вскармливания.

1.8. Социально-средовой анамнез. Семья и ее роль в сохранении и укреплении здоровья. Экология и здоровье человека. Рубежный контроль знаний.

Понятие о социально-средовых факторах. Социально-средовой анамнез. Параметры социального анамнеза и их краткая характеристика. Семья и здоровье человека.

Общие закономерности адаптации организма к различным условиям среды. Влияние на организм человека неблагоприятных экологических факторов. Роль факторов окружающей среды в развитии заболеваний. Основные эффекты факторов окружающей среды. Мероприятия, направленные на устранение вредного влияния на здоровье человека факторов

среды его обитания. Рубежный контроль знаний по образовательному модулю «Современные представления об основах формирования здоровья».

Модуль 2. Здоровьесберегающие технологии и профилактика здоровьеразрушающих форм поведения среди населения

2.1. Образ жизни и здоровье человека. Роль здорового образа жизни человека в сохранении и укреплении здоровья. Основные составляющие здорового образа жизни: физическая активность, личная гигиена, режим дня, профилактика стресса, нравственное воспитание. Рациональное питание, основные компоненты и принципы.

Образ жизни и его компоненты. Здоровье и потребности человека. Формирование мотивации к здоровому образу жизни (ЗОЖ) у населения. Основные компоненты ЗОЖ: оптимальная двигательная активность, закаливание, профилактика стрессов, профилактика вредных привычек, нравственное воспитание; рациональный труд и отдых; рациональная организация режима дня. Рациональное питание как компонент ЗОЖ. Последствия нерационального питания женщины во время беременности для здоровья ребенка. Роль питания в формировании здоровья детей раннего, дошкольного и школьного возраста. Наиболее распространенные нарушения в построении рационов питания школьников.

2.2. Особенности формирования девиантного поведения у подростков. Вредные привычки и их влияние на здоровье человека. Профилактика алкоголизма, наркомании, табакокурения.

Девиантное поведение: условия формирования. Понятие о курении, алкоголизме и наркомании. Распространенность вредных привычек. Медико-социальные последствия табакокурения, алкоголизма, наркомании. Причины и средний возраст начала употребления алкогольных напитков, наркотиков, табакокурения. Вред для здоровья человека. Медицинская, социальная и экономическая значимость проблемы вредных привычек. Рамочная конвенция Всемирной организации здравоохранения по борьбе против табака (РКБТ), основные положения; Федеральные Законы и другие законодательные акты по ограничению курения и др. вредных привычек.

2.3. Профилактика и ее роль в сохранении и укреплении здоровья населения. Современные формы и методы профилактической работы с населением. Санитарно-гигиеническое воспитание населения по сохранению и укреплению здоровья.

Определение понятия профилактики. Цель и задачи профилактики в сохранении здоровья. Определения общественной и индивидуальной профилактики. Популяционная, групповая и индивидуальная профилактика. Технологии медицинской профилактики. Вклад выдающихся ученых в формирование профилактического направления медицины. Основные задачи по охране здоровья граждан. Основные законодательные акты РФ в области охраны здоровья. Диспансеризация населения. Особенности профилактики в отдельные возрастные периоды. Содержание и методика проведения профилактических мероприятий среди детей различных возрастных групп.

Общие вопросы профилактики ряда хронических неинфекционных и инфекционных заболеваний. Санитарно-гигиеническое просвещение как основной метод профилактической работы. Рекомендуемые методы санитарно-гигиенического просвещения в зависимости от целевой группы. Основные задачи санитарно-гигиенического просвещения. Организация и проведение санитарно-гигиенического воспитания в организованных коллективах: определение, цели и задачи, методы (беседы, лекции, семинары, «уроки здоровья», игры, викторины и др.), формы (индивидуальная, групповая, массовая), средства (памятки, плакаты, журналы, радио, телевидение, видеофильмы, выставки, стенды и др.).

2.4. Современные концепции формирования здоровья.

Концепция континуума переходных состояний Лиллиенфельда–Вельтищева–Кобринского. Концепция «Тверская спираль». Этапы формирования здоровья в свете концепции «Тверская спираль». Рубежный контроль знаний по образовательному модулю «Здоровьесберегающие технологии и профилактика здоровьеразрушающих форм поведения среди населения».

2.5. Работа в фокус-группах по выбранной теме.

На практических занятиях студенты, объединившись в фокус-группы по 5 - 7 человек, работают над проектом по одной из предложенных тем по формированию здорового образа жизни детей и подростков. В результате студенты представляют реферат, доклад, презентацию, санитарный бюллетень. Работа в фокус-группах проводится в соответствии с методическими указаниями (приложение). Защита проектов (практические навыки) проводится в рамках олимпиады «Формирование ЗОЖ детей и подростков».

2.6. Защита проектов (практические навыки).

Защита проектов проводится в рамках олимпиады «Формирование ЗОЖ детей и подростков». Студенты представляют результаты работы в фокус-группах по выбранной теме: научный реферат, доклад, презентацию, санитарный бюллетень. Студенты принимают участие в обсуждении проектов.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ДИСЦИПЛИНЫ

Номера модулей (разделов) дисциплины и тем	Аудиторные занятия	Всего часов на аудиторную работу	Самостоятельная работа обучающегося	Итого часов	Формируемые компетенции	Используемые образовательные технологии, способы и методы обучения	Формы текущего, контроля успеваемости
	Клинические практические занятия				ПК-9		
1	2	3	4	5	6	7	8
1.							
1.1.	2	2	2	4	+	ПЛ	Т, С
1.2.	2	2	1,5	3,5	+	Р	Т, С, Р
1.3.	1	1	2,5	4,5	+	Э, Р	Т, С, Р
1.4.	1	1	1,5	3,5	+	НПК, МК, Р, УИРС	Т, С, Р
1.5.	1	1	3	4	+	Р	Т, С, Р
1.6.	1	1	3	4	+	Р	Т, С, Р
1.7.	2	2	3	4	+	Р	КЗ, С, Р
1.8.	2	2	3,5	4,5	+	ИА, Р	КЗ, С, Р, Т
2.							
2.1.	2	2	2	4	+	УФ, Р	Т, КЗ, С, Р
2.2.	2	2	5	8	+	УИРС, Р, ДИ, УФ	КЗ, С, Р
2.3.	2	2	3	4	+	УИРС, Р	Т, КР, С, Р
2.4.	1	1	3	4	+	УИРС, Р	С, Р, Т
2.5.	3	3	8	11	+	МГ, ПТ, УИРС, Р	Р
2.6.	2	2	3	4	+	О, МГ, УИРС, Р	Пр, Р, Д
Зачет			4	6			Т, С
ИТОГО:	24	24	48	72			

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ, ВКЛЮЧАЯ ЭЛЕКТРОННО- БИБЛИОТЕЧНЫЕ СИСТЕМЫ

а) основная литература:

1. Кильдиярова Р. Р. Основы формирования здоровья детей [Текст]: учебник / Р.Р.Кильдиярова, В.И.Макарова, Ю.Ф.Лобанов. – Москва: ГЭОТАР - Медиа, 2013. - 324 с.

2. Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний [Текст]: учебное пособие / ред. Н.Д. Ющук, И.В.Маев, К.Г.Гуревич.- Москва: Практика, 2015. - 416 с.

б) дополнительная литература:

1. Основы формирования здоровья детей [Текст] : учебное пособие / ред. В.А.Шашель. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2015. -382 с.

2. Морозов, М. А. Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний [Текст] : учебное пособие / М. А. Морозов. – 2- е изд., доп. и испр. – Санкт – Петербург: СпецЛит, 2013. – 175 с.

3. Основы формирования здоровья детей [Текст]: учебник / ред. Л.А.Жданова. – Москва : ГЭОТАР - Медиа, 2017. – 412 с.

в) электронные образовательные ресурсы:

1. Основы формирования здоровья детей [Электронный ресурс]: учебник / Р.Р.Кильдиярова, В.И.Макарова, Ю.Ф.Лобанов. - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2015. -<http://www.studmedlib.ru/book/ISBN9785970432969.html>

2. Основы формирования здоровья детей [Электронный ресурс]: учебник/ А.С.Калмыкова [и др.]; ред. А.С.Калмыкова. - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2015. - <http://www.studmedlib.ru/book/ISBN9785970433904.html>