

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
"Красноярский государственный медицинский университет
имени профессора В.Ф. Войно-Ясенецкого"
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Институт последипломного образования

Кафедра поликлинической терапии и семейной медицины с курсом ПО

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

"Здоровьесберегающие технологии"

уровень магистратуры

очная форма обучения

срок освоения ОПОП ВО - 2 года

2022 год

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
"Красноярский государственный медицинский университет
имени профессора В.Ф. Войно-Ясенецкого"
Министерства здравоохранения Российской Федерации



УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной,
воспитательной работе
и молодежной политике
д.м.н., доцент
И.А. Соловьева

29 июня 2022

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Дисциплины «Здоровьесберегающие технологии»

Для ОПОП ВО по специальности 34.04.01 Управление сестринской деятельностью

Уровень магистратуры

Очная форма обучения

Срок освоения ОПОП ВО - 2 года

Институт последипломного образования

Кафедра поликлинической терапии и семейной медицины с курсом ПО

Курс - I

Семестр - I

Лекции - 8 час.

Практические занятия - 16 час.

Самостоятельная работа - 48 час.

Зачет - I семестр

Всего часов - 72

Трудоемкость дисциплины - 2 ЗЕ

2022 год


При разработке рабочей программы дисциплины в основу положены:

1) ФГОС ВО магистратура - по направлению подготовки 34.04.01 Управление сестринской деятельностью, утвержденный приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации 26 мая 2020 № 684.


2) Учебный план по 34.04.01 Управление сестринской деятельностью, утвержденный Ученым Советом ФГБОУ ВО КрасГМУ им. проф. В.Ф. Войно-Ясенецкого Минздрава России (протокол № 6 от 18 мая 2022 г.).

3) Стандарт организации «Учебно-методический комплекс дисциплины (модуля). Часть I. Рабочая программа дисциплины (модуля). СТО СМК 8.3.05-21. Выпуск 3.»


Рабочая программа дисциплины одобрена на заседании кафедры (протокол № 12 от 16 июня 2022 г.)

Заведующий кафедрой поликлинической терапии и семейной медицины с курсом ПО  д.м.н., профессор Петрова М.М.

Согласовано:

Директор ИПО  к.м.н., доцент Юрьева Е.А.

23 июня 2022 г.

Председатель методической комиссии ИПО  к.м.н. Кустова Т.В.

Программа заслушана и утверждена на заседании ЦКМС (протокол № 11 от 29 июня 2022 г.)

Председатель ЦКМС  д.м.н., доцент Соловьева И.А.

Авторы:

- д.м.н., профессор Петрова М.М.

- к.м.н., доцент Каскаева Д.С.

1. Вводная часть

1.1. Планируемые результаты освоения образовательной программы по дисциплине

Цель освоения дисциплины "Здоровьесберегающие технологии" состоит в обеспечении студентов необходимой информацией для овладения определенными знаниями и умениями по формированию здорового образа жизни с учетом последующего обучения и профессиональной деятельности; обучении навыкам общения с пациентами по вопросам сохранения индивидуального здоровья граждан, включая сокращение потребления алкоголя и табака; профилактике наиболее значимых психосоматических и социальных болезней в разных возрастных группах.

1.2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

1.2.1. Дисциплина «Здоровьесберегающие технологии» относится к блоку Б1 - «Дисциплины (модули)».

Биология (школьный курс)

Знания: роли витаминов в питании человека, основ анатомии и физиологии человека.

Умения: оценить содержание в различных продуктах белков, жиров, углеводов, витаминов и микроэлементов, объяснить влияние различных факторов (физическая активность, стресс и т.д.) на организм человека.

Навыки: работы с литературой, написанием рефератов.

1.3. Требования к результатам освоения дисциплины

1.3.1. Изучение данной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих общекультурных (ОК), общепрофессиональных (ОПК) и профессиональных (ПК) компетенций:

В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:

Общие сведения о компетенции УК-6.1	
Вид деятельности	-
Профессиональная задача	-
Код компетенции	УК-6.1
Содержание компетенции	Осуществляет самооценку личностных и профессиональных достижений
1	Знать основные принципы формирования здорового образа жизни, правила общения с пациентами по вопросам сохранения индивидуального здоровья граждан, включая сокращение потребления алкоголя и табака, принципы профилактики наиболее значимых психосоматических и социальных болезней в разных возрастных группах
1	Уметь составлять комплекс лечебной гимнастики.
2	проводить занятия лфк.
3	проводить опрос пациента на выявление факторов риска.
4	определять показания и противопоказания для санаторно-курортного лечения.
5	определять двигательный режим для пациентов на разных этапах реабилитации.
6	оценивать данные, полученные в результате анкетирования.
7	определить степень никотиновой зависимости.
8	разрабатывать программу профилактических мероприятий по устранению развития факторов риска хниз.
9	рассчитать количество доз алкоголя в зависимости от количества и крепости.
10	определить степень мотивации к отказу от курения.
11	измерить и оценить окружность живота.
12	рассчитать калорийность питания в зависимости от уровня физической активности.
13	измерить и оценить ад.
14	проводить санитарно-просветительную работу по профилактике хниз среди различных групп населения.
15	оценить факторы риска хронических неинфекционных заболеваний.
16	оценить физическую работоспособность пациента.
17	собрать эпидемиологический анамнез.
18	определить показания и противопоказания для плановой и экстренной вакцинопрофилактики населения.
19	соблюдать принципы этики и деонтологии.
1	Владеть навыком расчета индекса массы тела.
2	навыком сбора анамнеза и проведение клинического обследования.
3	навыком проведения процедуры закаливания людей разных возрастных групп.

4	навыком определения физической нагрузки с учетом возраста и уровня состояния здоровья.
5	навыком измерения роста.
6	навыками общения с пациентами.
7	навыками мотивации к отказу от курения, способами лечения табачной зависимости.
8	навыком измерения и оценки пульса.
9	навыками расчета уровня физической активности, составление программ физической активности.
10	использованием в работе персональных данных пациентов и сведений, составляющих врачебную тайну.
	Оценочные средства
1	Вопросы по теме занятия
2	Ситуационные задачи
3	Тесты
4	Примерная тематика рефератов

Общие сведения о компетенции УК-6.2	
Вид деятельности	-
Профессиональная задача	-
Код компетенции	УК-6.2
Содержание компетенции	<p>Определяет приоритеты личностного роста и способы совершенствования собственной деятельности на основе самооценки</p> <p style="text-align: center;">Знать</p> <p>1 факторы риска развития хронических неинфекционных заболеваний, риск развития хронических неинфекционных заболеваний, основные стратегии профилактики хронических неинфекционных заболеваний</p> <p style="text-align: center;">Уметь</p> <p>1 составлять комплекс лечебной гимнастики.</p> <p>2 проводить занятия лфк.</p> <p>3 проводить опрос пациента на выявление факторов риска.</p> <p>4 определять показания и противопоказания для санаторно-курортного лечения.</p> <p>5 определять двигательный режим для пациентов на разных этапах реабилитации.</p> <p>6 оценивать данные, полученные в результате анкетирования.</p> <p>7 определить степень никотиновой зависимости.</p> <p>8 разрабатывать программу профилактических мероприятий по устранению развития факторов риска хниз.</p> <p>9 рассчитать количество доз алкоголя в зависимости от количества и крепости.</p> <p>10 определить степень мотивации к отказу от курения.</p> <p>11 измерить и оценить окружность живота.</p> <p>12 рассчитать калорийность питания в зависимости от уровня физической активности.</p> <p>13 измерить и оценить ад.</p> <p>14 проводить санитарно-просветительную работу по профилактике хниз среди различных групп населения.</p> <p>15 оценить факторы риска хронических неинфекционных заболеваний.</p> <p>16 оценить физическую работоспособность пациента.</p>

17	собрать эпидемиологический анамнез.
18	определить показания и противопоказания для плановой и экстренной вакцинопрофилактики населения.
19	соблюдать принципы этики и деонтологии.
	Владеть
1	навыком расчета индекса массы тела.
2	навыком сбора анамнеза и проведение клинического обследования.
3	навыком проведения процедуры закаливания людей разных возрастных групп.
4	навыком определения физической нагрузки с учетом возраста и уровня состояния здоровья.
5	навыком измерения роста.
6	навыками общения с пациентами.
7	навыками мотивации к отказу от курения, способами лечения табачной зависимости.
8	навыком измерения и оценки пульса.
9	навыками расчета уровня физической активности, составление программ физической активности.
10	использованием в работе персональных данных пациентов и сведений, составляющих врачебную тайну.
	Оценочные средства
1	Вопросы по теме занятия
2	Ситуационные задачи
3	Тесты
4	Примерная тематика рефератов

Общие сведения о компетенции ПК-5.1	
Вид деятельности	-
Профессиональная задача	-
Код компетенции	ПК-5.1
Содержание компетенции	Оценивает состояние пациента, требующего оказания медицинской помощи в экстренной форме
	Знать
1	современные методики определения роста, веса, окружности живота, взаимосвязь между избыточной массой тела и ожирением и риском преждевременной смерти критерии выявления гиподинамии и недостаточной двигательной активности, современные простые методы оценки физической работоспособности, применяемые в общеврачебной практике
	Уметь
1	составлять комплекс лечебной гимнастики.
2	проводить занятия лфк.
3	проводить опрос пациента на выявление факторов риска.
4	определять показания и противопоказания для санаторно-курортного лечения.
5	определять двигательный режим для пациентов на разных этапах реабилитации.
6	оценивать данные, полученные в результате анкетирования.
7	определить степень никотиновой зависимости.

8	разрабатывать программу профилактических мероприятий по устранению развития факторов риска хниз.
9	рассчитать количество доз алкоголя в зависимости от количества и крепости.
10	определить степень мотивации к отказу от курения.
11	измерить и оценить окружность живота.
12	рассчитать калорийность питания в зависимости от уровня физической активности.
13	измерить и оценить ад.
14	проводить санитарно-просветительную работу по профилактике хниз среди различных групп населения.
15	оценить факторы риска хронических неинфекционных заболеваний.
16	оценить физическую работоспособность пациента.
17	собрать эпидемиологический анамнез.
18	определить показания и противопоказания для плановой и экстренной вакцинопрофилактики населения.
19	соблюдать принципы этики и деонтологии.

Владеть

1	навыком расчета индекса массы тела.
2	навыком сбора анамнеза и проведение клинического обследования.
3	навыком проведения процедуры закаливания людей разных возрастных групп.
4	навыком определения физической нагрузки с учетом возраста и уровня состояния здоровья.
5	навыком измерения роста.
6	навыками общения с пациентами.
7	навыками мотивации к отказу от курения, способами лечения табачной зависимости.
8	навыком измерения и оценки пульса.
9	навыками расчета уровня физической активности, составление программ физической активности.
10	использованием в работе персональных данных пациентов и сведений, составляющих врачебную тайну.

Оценочные средства

1	Вопросы по теме занятия
2	Ситуационные задачи
3	Тесты
4	Примерная тематика рефератов

Общие сведения о компетенции ПК-5.2

Вид деятельности	-
Профессиональная задача	-
Код компетенции	ПК-5.2
Содержание компетенции	Распознает состояния, представляющие угрозу жизни пациентов, включая состояние клинической смерти (остановка жизненно важных функций организма человека (кровообращения и (или) дыхания), требующих оказания медицинской помощи в экстренной форме

Знать

1 основы законодательства рф, основные нормативно-технические документы по охране здоровья населения учение о здоровье детского и взрослого населения, методах его сохранения основные принципы работы центров здоровья, диагностических методиках, применяемых в них для обследования пациентов основные принципы формирования здорового образа жизни, правила общения с пациентами по вопросам сохранения индивидуального здоровья граждан, включая сокращение потребления алкоголя и табака, принципы профилактики наиболее значимых психосоматических и социальных болезней в разных возрастных группах

Уметь

1 составлять комплекс лечебной гимнастики.
2 проводить занятия лфк.
3 проводить опрос пациента на выявление факторов риска.
4 определять показания и противопоказания для санаторно-курортного лечения.
5 определять двигательный режим для пациентов на разных этапах реабилитации.
6 оценивать данные, полученные в результате анкетирования.
7 определить степень никотиновой зависимости.
8 разрабатывать программу профилактических мероприятий по устранению развития факторов риска хниз.
9 рассчитать количество доз алкоголя в зависимости от количества и крепости.
10 определить степень мотивации к отказу от курения.
11 измерить и оценить окружность живота.
12 рассчитать калорийность питания в зависимости от уровня физической активности.
13 измерить и оценить ад.
14 проводить санитарно-просветительную работу по профилактике хниз среди различных групп населения.
15 оценить факторы риска хронических неинфекционных заболеваний.
16 оценить физическую работоспособность пациента.
17 собрать эпидемиологический анамнез.
18 определить показания и противопоказания для плановой и экстренной вакцинопрофилактики населения.
19 соблюдать принципы этики и деонтологии.

Владеть

1 навыком расчета индекса массы тела.
2 навыком сбора анамнеза и проведение клинического обследования.
3 навыком проведения процедуры закаливания людей разных возрастных групп.
4 навыком определения физической нагрузки с учетом возраста и уровня состояния здоровья.
5 навыком измерения роста.
6 навыками общения с пациентами.
7 навыками мотивации к отказу от курения, способами лечения табачной зависимости.
8 навыком измерения и оценки пульса.
9 навыками расчета уровня физической активности, составление программ физической активности.
10 использованием в работе персональных данных пациентов и сведений, составляющих врачебную тайну.

Оценочные средства

1	Вопросы по теме занятия
2	Ситуационные задачи
3	Тесты
4	Примерная тематика рефератов

Общие сведения о компетенции ПК-5.3	
Вид деятельности	-
Профессиональная задача	-
Код компетенции	ПК-5.3
Содержание компетенции	<p>Оказывает медицинскую помощь в экстренной форме пациентам при состояниях, представляющих угрозу жизни пациентов, в том числе клинической смерти (остановка жизненно важных функций организма человека (кровообращения и (или) дыхания)</p> <p style="text-align: center;">Знать</p> <p>основные принципы формирования здорового образа жизни, правила общения с пациентами по вопросам сохранения индивидуального здоровья граждан, включая сокращение потребления алкоголя и табака, принципы профилактики наиболее значимых психосоматических и социальных болезней в разных возрастных группах</p> <p style="text-align: center;">Уметь</p> <p>1 составлять комплекс лечебной гимнастики.</p> <p>2 проводить занятия лфк.</p> <p>3 проводить опрос пациента на выявление факторов риска.</p> <p>4 определять показания и противопоказания для санаторно-курортного лечения.</p> <p>5 определять двигательный режим для пациентов на разных этапах реабилитации.</p> <p>6 оценивать данные, полученные в результате анкетирования.</p> <p>7 определить степень никотиновой зависимости.</p> <p>8 разрабатывать программу профилактических мероприятий по устранению развития факторов риска хниз.</p> <p>9 рассчитать количество доз алкоголя в зависимости от количества и крепости.</p> <p>10 определить степень мотивации к отказу от курения.</p> <p>11 измерить и оценить окружность живота.</p> <p>12 рассчитать калорийность питания в зависимости от уровня физической активности.</p> <p>13 измерить и оценить ад.</p> <p>14 проводить санитарно-просветительную работу по профилактике хниз среди различных групп населения.</p> <p>15 оценить факторы риска хронических неинфекционных заболеваний.</p> <p>16 оценить физическую работоспособность пациента.</p> <p>17 собрать эпидемиологический анамнез.</p> <p>18 определить показания и противопоказания для плановой и экстренной вакцинопрофилактики населения.</p> <p>19 соблюдать принципы этики и деонтологии.</p> <p style="text-align: center;">Владеть</p> <p>1 навыком расчета индекса массы тела.</p> <p>2 навыком сбора анамнеза и проведение клинического обследования.</p>

3	навыком проведения процедуры закаливания людей разных возрастных групп.
4	навыком определения физической нагрузки с учетом возраста и уровня состояния здоровья.
5	навыком измерения роста.
6	навыками общения с пациентами.
7	навыками мотивации к отказу от курения, способами лечения табачной зависимости.
8	навыком измерения и оценки пульса.
9	навыками расчета уровня физической активности, составление программ физической активности.
10	использованием в работе персональных данных пациентов и сведений, составляющих врачебную тайну.
	Оценочные средства
1	Вопросы по теме занятия
2	Ситуационные задачи
3	Тесты

2. ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

		Семестр
Вид учебной работы	Всего часов	I
1	2	3
Аудиторные занятия (всего), в том числе	24	24
Лекции (Л)	8	8
Практические занятия (ПЗ)	16	16
Из общего числа аудиторных часов - в интерактивной форме*	4 17%	4
Семинарские занятия (СЗ)		
Лабораторные работы (ЛР)		
Внеаудиторная (самостоятельная) работа обучающегося (СР), в том числе:	48	48
Подготовка к занятиям	48	48
Вид промежуточной аттестации		Зачет
Контактная работа	24	
Общая трудоемкость час.	72.0	72
ЗЕ	2	2

2.2. Разделы дисциплины (модуля), компетенции и индикаторы их достижения, формируемые при изучении

№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Темы разделов дисциплины	Код формируемой компетенции	Коды индикаторов достижения компетенций
1	2	3	4	5
1.	Медицинская профилактика. Основные понятия и положения формирования здорового образа жизни.			
		Закаливание организма. Показания, противопоказания. Методики	ПК-5, ПК-5, ПК-5, УК-6, УК-6	ПК-5.1, ПК-5.2, ПК-5.3, УК-6.1, УК-6.2
		Табачные изделия, их состав и выделяемые вещества. Виды табачных изделий. Миф о легких сигаретах. Курения кальяна. Методы отказа от курения.	ПК-5, ПК-5, ПК-5, УК-6, УК-6	ПК-5.1, ПК-5.2, ПК-5.3, УК-6.1, УК-6.2
		Медицинская профилактика - основные понятия, определения. Формы и методы профилактической работы.	ПК-5, ПК-5, ПК-5, УК-6, УК-6	ПК-5.1, ПК-5.2, ПК-5.3, УК-6.1, УК-6.2
2.	Традиционные подходы к гигиеническому воспитанию и профилактике заболеваний.			
		Врач-больной - этические вопросы взаимоотношений. Вопросы комплаентности. Интересы пациента и интересы врача. Причины некомплаентности. Факторы, влияющие на увеличение приверженности больных к лечению.	ПК-5, ПК-5, ПК-5, УК-6, УК-6	ПК-5.1, ПК-5.2, ПК-5.3, УК-6.1, УК-6.2
3.	Гигиеническое воспитание населения и формирование здорового по отдельным аспектам охраны здоровья. Факторы риска неинфекционных заболеваний и основы их коррекции.			
		Рациональное питание в формировании здорового образа жизни. Принципы рационального питания.	ПК-5, ПК-5, ПК-5, УК-6, УК-6	ПК-5.1, ПК-5.2, ПК-5.3, УК-6.1, УК-6.2
		Табачные изделия, их состав и выделяемые вещества. Виды табачных изделий. Компоненты табачного дыма. Миф о легких сигаретах. Курение кальяна.	ПК-5, ПК-5, ПК-5, УК-6, УК-6	ПК-5.1, ПК-5.2, ПК-5.3, УК-6.1, УК-6.2

		Гиподинамия - фактор риска заболеваний. Влияние низкой физической активности, курения и злоупотребления алкоголем на состояние здоровья.	ПК-5, ПК-5, ПК-5, УК-6, УК-6	ПК-5.1, ПК-5.2, ПК-5.3, УК-6.1, УК-6.2
4.	Формирование здорового образа жизни в системе здравоохранения.			
		Планирование семьи. Разработка индивидуальных мероприятий по планированию семьи. Профилактика заболеваний, передающихся половым путем (ЗППП).	ПК-5, ПК-5, ПК-5, УК-6, УК-6	ПК-5.1, ПК-5.2, ПК-5.3, УК-6.1, УК-6.2

2.3. Разделы дисциплины и виды учебной деятельности

№ п/п	№ семестра	Наименование раздела дисциплины	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу (в часах)					
			Л	ЛР	ПЗ	СЗ	СР	Всего
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.	1	Медицинская профилактика. Основные понятия и положения формирования здорового образа жизни.	4		4		16	24
2.	1	Традиционные подходы к гигиеническому воспитанию и профилактике заболеваний.	2				4	6
3.	1	Гигиеническое воспитание населения и формирование здорового по отдельным аспектам охраны здоровья. Факторы риска неинфекционных заболеваний и основы их коррекции.	2		8		20	30
4.	1	Формирование здорового образа жизни в системе здравоохранения.			4		8	12
		Всего	8		16		48	72

2.4. Тематический план лекций дисциплины

1 курс

1 семестр

№ раздела	№ темы	Наименование раздела	Тема	Количество часов
1	2	3	4	5
2	1	Традиционные подходы к гигиеническому воспитанию и профилактике заболеваний. [2.00]	Врач-больной - этические вопросы взаимоотношений. Вопросы комплаентности. Интересы пациента и интересы врача. Причины некомплаентности. Факторы, влияющие на увеличение приверженности больных к лечению. ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2	2
3	2	Гигиеническое воспитание населения и формирование здорового по отдельным аспектам охраны здоровья. Факторы риска неинфекционных заболеваний и основы их коррекции. [2.00]	Гиподинамия - фактор риска заболеваний. Влияние низкой физической активности, курения и злоупотребления алкоголем на состояние здоровья. ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2	2
1	4	Медицинская профилактика. Основные понятия и положения формирования здорового образа жизни. [2.00]	Табачные изделия, их состав и выделяемые вещества. Виды табачных изделий. Миф о легких сигаретах. Курения кальяна. Методы отказа от курения. ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2	2
1	6	Медицинская профилактика. Основные понятия и положения формирования здорового образа жизни. [2.00]	Медицинская профилактика - основные понятия, определения. Формы и методы профилактической работы. ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2	2
			Всего за семестр	8
			Всего часов	8

2.5. Тематический план практических/семинарских занятий

2.5.1. Тематический план практических занятий

1 курс

1 семестр

№ раздела	№ темы	Наименование раздела	Тема	Количество часов
1	2	3	4	5
3	1	Гигиеническое воспитание населения и формирование здорового по отдельным аспектам охраны здоровья. Факторы риска неинфекционных заболеваний и основы их коррекции. [4.00]	Рациональное питание в формировании здорового образа жизни. Принципы рационального питания. ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2	4
3	2	Гигиеническое воспитание населения и формирование здорового по отдельным аспектам охраны здоровья. Факторы риска неинфекционных заболеваний и основы их коррекции. [4.00]	Табачные изделия, их состав и выделяемые вещества. Виды табачных изделий. Компоненты табачного дыма. Миф о легких сигаретах. Курение кальяна. ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2	4
1	3	Медицинская профилактика. Основные понятия и положения формирования здорового образа жизни. [4.00]	Закаливание организма. Показания, противопоказания. Методики ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2	4
4	4	Формирование здорового образа жизни в системе здравоохранения. [4.00]	Планирование семьи. Разработка индивидуальных мероприятий по планированию семьи. Профилактика заболеваний, передающихся половым путем (ЗППП). (В интерактивной форме) ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2	4
			Всего за семестр	16
			Всего часов	16

2.5.2. Тематический план семинарских занятий

Данный вид работы учебным планом не предусмотрен

2.6. Тематический план лабораторных работ

Данный вид работы учебным планом не предусмотрен

2.7. Контроль самостоятельной работы

Данный вид работы учебным планом не предусмотрен

2.8. Самостоятельная работа
2.8.1. Виды самостоятельной работы

1 курс
1 семестр

№ раздела	№ темы	Наименование раздела	Тема	Вид самост. работы	Количество часов
1	2	3	4	5	6
1	1	Медицинская профилактика. Основные понятия и положения формирования здорового образа жизни. [4.00]	Врач-больной - этические вопросы взаимоотношений. Вопросы комплаентности. Интересы пациента и интересы врача. Файлов нет ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2 Файлов нет	Подготовка к занятиям [4.00]	4
3	2	Гигиеническое воспитание населения и формирование здорового по отдельным аспектам охраны здоровья. Факторы риска неинфекционных заболеваний и основы их коррекции. [4.00]	Рациональное питание в формировании здорового образа жизни. Принципы рационального питания. Файлов нет ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2 Файлов нет	Подготовка к занятиям [4.00]	4
3	3	Гигиеническое воспитание населения и формирование здорового по отдельным аспектам охраны здоровья. Факторы риска неинфекционных заболеваний и основы их коррекции. [4.00]	Табачные изделия, их состав и выделяемые вещества. Виды табачных изделий. Компоненты табачного дыма. Миф о легких сигаретах. Курение кальяна. Файлов нет ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2 Файлов нет	Подготовка к занятиям [4.00]	4

4	4	Формирование здорового образа жизни в системе здравоохранения. [4.00]	Планирование семьи. Разработка индивидуальных мероприятий по планированию семьи. Профилактика заболеваний, передающихся половым путем (ЗППП). Файлов нет ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2 Файлов нет	Подготовка к занятиям [4.00]	4
1	5	Медицинская профилактика. Основные понятия и положения формирования здорового образа жизни. [4.00]	Закаливание организма. Показания, противопоказания. Методики Файлов нет ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2 Файлов нет	Подготовка к занятиям [4.00]	4
1	6	Медицинская профилактика. Основные понятия и положения формирования здорового образа жизни. [4.00]	Понятие здоровье в целом. «Ожирение - глобальная проблема. Влияние ожирения на риск смерти». Простые методы оценки физической работоспособности. Гиподинамия - фактор риска заболеваний. Рекомендации по рациональной физической активности. Файлов нет ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2 Файлов нет	Подготовка к занятиям [4.00]	4
3	7	Гигиеническое воспитание населения и формирование здорового по отдельным аспектам охраны здоровья. Факторы риска неинфекционных заболеваний и основы их коррекции. [4.00]	Обследование пациента. Измерение роста, веса, окружности живота, артериального давления, пульса. Подсчет ИМТ. Файлов нет ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2 Файлов нет	Подготовка к занятиям [4.00]	4

3	8	Гигиеническое воспитание населения и формирование здорового по отдельным аспектам охраны здоровья. Факторы риска неинфекционных заболеваний и основы их коррекции. [4.00]	Методы отказа от курения. Выявление степени никотиновой зависимости (тест Фагестрема), мотивации к отказу от курения. Файлов нет ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2 Файлов нет	Подготовка к занятиям [4.00]	4
3	9	Гигиеническое воспитание населения и формирование здорового по отдельным аспектам охраны здоровья. Факторы риска неинфекционных заболеваний и основы их коррекции. [4.00]	Историческая справка о начале употребления алкоголя. Культурные особенности применения алкоголя. Виды алкогольной продукции. Вред от злоупотребления алкоголем. Употребление алкоголя. Разумные дозы алкоголя. Подсчет доз по количеству и крепости алкоголя. Вопросник на выявление злоупотребления алкоголем. Файлов нет ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2 Файлов нет	Подготовка к занятиям [4.00]	4
2	10	Традиционные подходы к гигиеническому воспитанию и профилактике заболеваний. [4.00]	Стресс. Немедикаментозные методы коррекции. Тревожно-депрессивные расстройства. Немедикаментозные методы коррекции. Файлов нет ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2 Файлов нет	Подготовка к занятиям [4.00]	4
1	11	Медицинская профилактика. Основные понятия и положения формирования здорового образа жизни. [4.00]	Медицинская профилактика - основные понятия, определения. Формы и методы профилактической работы. Файлов нет ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2 Файлов нет	Подготовка к занятиям [4.00]	4

4	12	Формирование здорового образа жизни в системе здравоохранения. [4.00]	Систематизация изученного материала. Файлов нет ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2 Файлов нет	Подготовка к занятиям [4.00]	4
			Всего за семестр		48
			Всего часов		48

2.9. Оценочные средства, в том числе для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

2.9.1. Виды контроля и аттестации, формы оценочных средств

1 семестр					
			Оценочные средства		
№ п/п	Виды контроля	Наименование раздела дисциплины	Форма	Кол-во вопросов в задании	Кол-во независимых вариантов
1	2	3	4	5	6
1	Для входного контроля				
		Медицинская профилактика. Основные понятия и положения формирования здорового образа жизни.			
			Вопросы по теме занятия	1 - 3	1
			Тесты	10	3
2	Для текущего контроля				
		Медицинская профилактика. Основные понятия и положения формирования здорового образа жизни.			
			Вопросы по теме занятия	1 - 3	1
			Тесты	10	10
		Традиционные подходы к гигиеническому воспитанию и профилактике заболеваний.			
			Вопросы по теме занятия	1 - 3	1
			Тесты	10	10
		Гигиеническое воспитание населения и формирование здорового по отдельным аспектам охраны здоровья. Факторы риска неинфекционных заболеваний и основы их коррекции.			
			Вопросы по теме занятия	По числу студентов	1
			Тесты	10	10
		Формирование здорового образа жизни в системе здравоохранения.			
			Вопросы по теме занятия	По числу студентов	1

			Тесты	1 - 3	1
3	Для промежуточного контроля				
			Вопросы	1	По числу студентов
			Ситуационные задачи	2	По числу студентов
			Тесты	5 - 10	1

2.9.2. Примеры оценочных средств

Входной контроль

Вопросы по теме занятия

1. Факторы риска ХНИЗ.

1) Известно, что многие неинфекционные заболевания имеют общие факторы риска, такие как курение, избыточная масса тела, высокий уровень холестерина крови, повышенное артериальное давление, употребление алкоголя и наркотиков, низкая физическая активность, психосоциальные расстройства, экологическое неблагополучие

ПК-5.1 , ПК-5.2 , ПК-5.3 , УК-6.1 , УК-6.2

2. Дайте определение энергетической адекватности питания.

1) Энергетическая ценность рациона питания должна соответствовать энергетическим затратам организма с учётом возраста, пола, состояния здоровья, специфики выполняемой работы.

ПК-5.1 , ПК-5.2 , ПК-5.3 , УК-6.1 , УК-6.2

3. Определение здоровья по уставу ВОЗ.

1) Здоровье является состоянием полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствием болезней и физических дефектов

Тесты

1. ОСНОВНОЙ ФАКТОР РИСКА ХОБЛ

1) Курение

2) Стрессы

3) Отягощенный семейный анамнез по ХОБЛ

4) Экология

5) Отягощенный аллергологический анамнез

Правильный ответ: 1

ПК-5.2 , ПК-5.3 , ПК-5.1 , УК-6.1 , УК-6.2

2. ПРИ ОЦЕНКЕ УРОВНЯ СТРЕССА У КОНКРЕТНОГО БОЛЬНОГО НЕОБХОДИМО СПРАШИВАТЬ

1) «Были ли у вас в жизни за последний год или полгода какие-либо изменения?»

2) «Что с Вами случилось?»

3) «Что Вас беспокоит?»

4) «На кого Вы жалуетесь?»

Правильный ответ: 1

ПК-5.1 , ПК-5.2 , ПК-5.3 , УК-6.1 , УК-6.2

3. ВИТАМИН А ИМЕЕТ НАЗВАНИЕ

1) Ретинол

2) токоферол

3) биотин

4) цианокобаламин

5) аденозин

Правильный ответ: 1

ПК-5.1 , ПК-5.2 , ПК-5.3 , УК-6.1 , УК-6.2

Текущий контроль

Вопросы по теме занятия

1. Классификация ожирения.

1) Гиноидное, андроидное, подкожно-абдоминальное, висцеральное

ПК-5.1 , ПК-5.2 , ПК-5.3 , УК-6.2 , УК-6.1

2. Как влияет никотин на организм человека.

1) влияние никотина изменяет работу всех систем органов. Никотин развивает психологическую физическую зависимость. Попав в организм, вещество оказывает влияние на ацетилхолиновые рецепторы. В малых концентрациях оно активизирует активность рецепторов. Это ведет к повышению уровня гормона адреналина в крови. выброс адреналина ускоряет сердцебиение, увеличивает кровяное давление, учащает дыхание и повышает уровень глюкозы в крови.

ПК-5.3 , ПК-5.1 , ПК-5.2 , УК-6.1 , УК-6.2

3. Виды стресса.

1) Чрезвычайный, повседневный, острый, хронический.

ПК-5.1 , ПК-5.2 , ПК-5.3 , УК-6.1 , УК-6.2

Тесты

1. ВИТАМИН К ОБЛАДАЕТ СВОЙСТВОМ

1) принимает участие в процессах свертывания крови

2) принимает участие в синтезе аминокислот

- 3) участвует в процессе тканевого дыхания
- 4) абсорбции железа в кишечнике
- 5) все неверно

Правильный ответ: 1

ПК-5.1 , ПК-5.2 , ПК-5.3 , УК-6.1 , УК-6.2

2. ВИТАМИН С СОДЕРЖИТСЯ В

- 1) рисовых отрубях
- 2) дрожжах
- 3) яичном желтке
- 4) молоке
- 5) лимонах

ПК-5.1 , ПК-5.2 , ПК-5.3 , УК-6.1 , УК-6.2

3. ЕСЛИ ПАЦИЕНТ ПРИ 6- МИНУТНОЙ ПРОБЕ ПРОХОДИТ 151-300 МЕТРОВ, ЗНАЧИТ У НЕГО ФК СЕРДЕЧНОЙ НЕДОСТАТОЧНОСТИ ПО (NYHA) СООТВЕТСТВУЕТ

- 1) 0 ФК
- 2) 1 ФК
- 3) II ФК
- 4) III ФК**
- 5) IV ФК

Правильный ответ: 4

ПК-5.1 , ПК-5.2 , ПК-5.3 , УК-6.1 , УК-6.2

Промежуточный контроль

Ситуационные задачи

1. **Ситуационная задача №1:** Пациентке, 45 лет, по поводу ожирения (рост 162 см, вес 95 кг) рекомендована программа немедикаментозной терапии. На этом фоне через 6 месяцев вес снизился на 8 кг.

- 1) Определите ИМТ до и после лечения
- 2) Оцените ИМТ, ОТ до и после лечения
- 3) Дайте рекомендации по изменению образа жизни
- 4) Оцените эффективность терапии
- 5) Назовите преимущества постепенного поэтапного снижения веса

Ответ 1: ИМТ до лечения 36,1 кг/м². На фоне лечения 32 кг/м²

Ответ 2: До лечения ожирение II степени. На фоне лечения ожирение I степени

Ответ 3: Низкокалорийная диета, режим умеренных физических нагрузок, поведенческая терапия

Ответ 4: Вес снизился на 8,4% за 6 месяцев – удовлетворительный эффект от лечения

Ответ 5: Следует стремиться к постепенному снижению массы тела в связи со снижением основного обмена, которое происходит через 6 мес. с момента начала лечения ожирения. Попытка форсировать снижение веса на этом этапе вызывает столь значимое уменьшение основного обмена, что у пациентов развивается рецидив ожирения. Основной обмен стабилизируется на новом уровне только через 1 год с момента начала лечения

ПК-5.2 , ПК-5.3 , ПК-5.1 , УК-6.1 , УК-6.2

2. Ситуационная задача №2: В центр здоровья обратилась женщина 25 лет, работает экономистом, любит выпечку, спортзал не посещает. Мать и бабушка имеют ожирение преимущественным отложением в области живота. При осмотре рост 169 см, вес 68 кг, окружность талии 78 см.

- 1) Определите ИМТ.
- 2) Оцените ИМТ и окружность талии.
- 3) Есть ли у пациентки факторы, которые могут способствовать развитию ожирения.
- 4) Нуждается ли данная пациентка в проведении мер по профилактике развитию ожирения.
- 5) Перечислите перечень мероприятий, которых можно рекомендовать пациентке.

Ответ 1: 23,8 кг/м²

Ответ 2: Нормальная масса тела, нормальный показатель окружности талии

Ответ 3: Есть: генетическая предрасположенность, малоподвижный образ жизни, избыточное употребление легких углеводов.

Ответ 4: Нуждается

Ответ 5: Ограничение употребления легких углеводов, расширение физической активности, поведенческая терапия.

ПК-5.1 , ПК-5.2 , ПК-5.3 , УК-6.1 , УК-6.2

Тесты

1. ПРОХОДИТЬ МЕДИЦИНСКОЕ ОБСЛЕДОВАНИЕ ДЛЯ ПОЛУЧЕНИЯ РАЗРЕШЕНИЯ НА ЗАНЯТИЯ ИНТЕНСИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТЬЮ НЕ ОБЯЗАТЕЛЬНО

- 1) курящим
- 2) лицам, имеющим ССЗ в настоящее время
- 3) женщинам, старше 50 лет
- 4) лицам, имеющим ССЗ в настоящее время
- 5) здоровым мужчинам младше 40 лет

Правильный ответ: 5

ПК-5.1 , ПК-5.2 , ПК-5.3 , УК-6.2 , УК-6.1

2. ФАКТОРОМ РИСКА РАЗВИТИЯ ИШЕМИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНИ СЕРДЦА НЕ ЯВЛЯЕТСЯ

- 1) артериальная гипертония
- 2) повышенный уровень холестерина
- 3) семейный анамнез ССЗ
- 4) сахарный диабет

5) физическая активность

Правильный ответ: 5

ПК-5.3 , ПК-5.1 , ПК-5.2 , УК-6.1 , УК-6.2

3. ТИП КУРИТЕЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ МОЖНО ОПРЕДЕЛИТЬ ИСПОЛЬЗУЯ

1) тест Хорна

- 2) тест Фагестрема
- 3) подсчет индекса курильщика
- 4) подсчет индекса пачка-лет
- 5) тест на выявление ХОБЛ

Правильный ответ: 1

ПК-5.1 , ПК-5.2 , ПК-5.3 , УК-6.1 , УК-6.2

**2.10. Примерная тематика курсовых работ (проектов)
Данный вид работы учебным планом не предусмотрен**

2.11. Перечень практических умений/навыков

1 курс

1 семестр

№ п/п	Практические умения
1	2
1	Определить степень мотивации к отказу от курения. Файлов нет Уровень: Уметь ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2
1	Навыком сбора анамнеза и проведение клинического обследования. Файлов нет Уровень: Владеть ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2
2	Проводить занятия ЛФК. Файлов нет Уровень: Уметь ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2
2	Навыками мотивации к отказу от курения, способами лечения табачной зависимости. Файлов нет Уровень: Владеть ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2
2	Навыком измерения и оценки пульса. Файлов нет Уровень: Владеть ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2
2	Составлять комплекс лечебной гимнастики. Файлов нет Уровень: Уметь ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2
2	Оценивать данные, полученные в результате анкетирования. Файлов нет Уровень: Уметь ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2
3	Измерить и оценить окружность живота. Файлов нет Уровень: Уметь ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2
3	Проводить опрос пациента на выявление факторов риска. Файлов нет Уровень: Уметь ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2

4	Рассчитать калорийность питания в зависимости от уровня физической активности. Файлов нет Уровень: Уметь ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2
4	Навыком расчета индекса массы тела. Файлов нет Уровень: Владеть ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2
5	Определять показания и противопоказания для санаторно-курортного лечения. Файлов нет Уровень: Уметь ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2
5	Измерить и оценить АД. Файлов нет Уровень: Уметь ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2
6	Определять двигательный режим для пациентов на разных этапах реабилитации. Файлов нет Уровень: Уметь ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2
6	Навыками расчета уровня физической активности, составление программ физической активности. Файлов нет Уровень: Владеть ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2
7	Проводить санитарно-просветительную работу по профилактике ХНИЗ среди различных групп населения. Файлов нет Уровень: Уметь ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2
8	Оценить факторы риска хронических неинфекционных заболеваний. Файлов нет Уровень: Уметь ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2
9	Оценить физическую работоспособность пациента. Файлов нет Уровень: Уметь ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2
10	Собрать эпидемиологический анамнез. Файлов нет Уровень: Уметь ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2
11	Определить показания и противопоказания для плановой и экстренной вакцинопрофилактики населения. Файлов нет Уровень: Уметь ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2

11	<p>Определить степень никотиновой зависимости. Файлов нет</p> <p>Уровень: Уметь ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2</p>
12	<p>Соблюдать принципы этики и деонтологии. Файлов нет</p> <p>Уровень: Уметь ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2</p>
12	<p>Навыком проведения процедуры закаливания людей разных возрастных групп. Файлов нет</p> <p>Уровень: Владеть ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2</p>
13	<p>Использованием в работе персональных данных пациентов и сведений, составляющих врачебную тайну. Файлов нет</p> <p>Уровень: Владеть ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2</p>
13	<p>Навыком определения физической нагрузки с учетом возраста и уровня состояния здоровья. Файлов нет</p> <p>Уровень: Владеть ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2</p>
14	<p>Разрабатывать программу профилактических мероприятий по устранению развития факторов риска ХНИЗ. Файлов нет</p> <p>Уровень: Уметь ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2</p>
15	<p>Навыком измерения роста. Файлов нет</p> <p>Уровень: Владеть ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2</p>
16	<p>Навыками общения с пациентами. Файлов нет</p> <p>Уровень: Владеть ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2</p>
17	<p>Рассчитать количество доз алкоголя в зависимости от количества и крепости. Файлов нет</p> <p>Уровень: Уметь ПК-5.1,ПК-5.2,ПК-5.3,УК-6.1,УК-6.2</p>

2.12. Примерная тематика рефератов (эссе)

1 курс

1 семестр

№ п/п	Темы рефератов
1	2
1	Влияние курения на состояние здоровья Файлов нет ПК-5.2,УК-6.1
2	Влияния употребления алкоголя на состояние здоровья Файлов нет УК-6.1
3	Основные принципы рационального питания Файлов нет УК-6.2
4	Закаливание организма Файлов нет ПК-5.1,УК-6.2
5	Гиподинамия - как фактор риска заболеваний Файлов нет

2.13. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

2.13.1. Перечень основной литературы, необходимой для освоения дисциплины

№ п/п	Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной и учебно-методической литературы	Вид носителя (электронный/бумажный)
1	2	3
1	Ахмадуллина, Х. М. Основы здорового образа жизни и профилактика болезней : учебное пособие для студентов вузов / Х. М. Ахмадуллина, У. З. Ахмадуллин. - 2-е изд., стер. - М. : Флинта, 2018. - 300 с. - Текст : электронный. - URL: https://reader.lanbook.com/book/102612#1	ЭБС Лань

2.13.2. Перечень дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины

№ п/п	Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной и учебно-методической литературы	Вид носителя (электронный/бумажный)
1	2	3
1	Вакцинопрофилактика работающего населения : руководство для врачей / ред. И. В. Бухтияров, Н. И. Брико. - Москва : Медицинское информационное агентство, 2019. - 192 с. - Текст : электронный. - URL: https://www.medlib.ru/library/bookreader/read/37109	ЭБС MedLib.ru
2	Ежов, С. Н. Джетлаг. - синдром смены часовых поясов : прогнозирование, профилактика, коррекция : [руководство для врачей] / С. Н. Ежов. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 176 с. - Текст : электронный. - URL: https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970462355.html	ЭМБ Консультант врача
3	Амлаев, К. Р. Медицинская профилактика : учебник / К. Р. Амлаев. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 184 с. - Текст : электронный. - URL: https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970461297.html	ЭБС Консультант студента (ВУЗ)
4	Общие и частные вопросы медицинской профилактики : [руководство] / ред. К. Р. Амлаев, В. Н. Муравьева. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2018. - 512 с. - Текст : электронный. - URL: https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970445754.html	ЭМБ Консультант врача
5	Основы вакцинопрофилактики у детей : руководство для врачей / Д. Ю. Овсянников, О. В. Шамшева, Л. Г. Кузьменко, Т. Ю. Илларионова. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 120 с. - Текст : электронный. - URL: https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970463567.html	ЭБС Консультант студента (ВУЗ)
6	Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебник и практикум для вузов / М. Н. Мисюк. - 3-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2022. - 332 с. - Текст : электронный. - URL: https://urait.ru/viewer/osnovy-medicinskih-znaniy-i-zdorovogo-obraza-zhizni-488807#page/1	ЭБС Юрайт

7	Тактика формирования приверженности вакцинопрофилактике : практическое руководство / ред. Н. И. Брико. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 168 с. - Текст : электронный. - URL: https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970457788.html	ЭМБ Консультант врача
8	Морозов, В. О. Физическая культура и здоровый образ жизни : учебное пособие / В. О. Морозов, О. В. Морозов. - 4-е изд., стер. - М. : Флинта, 2020. - 214 с. - Текст : электронный. - URL: https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976524439.html	ЭБС Консультант студента (ВУЗ)
9	Философия здоровья: от лечения к профилактике и здоровому образу жизни : руководство для врачей, специалистов по реабилитации и студентов / Е. Клочкова, Е. Андреева, Е. Калинина, М. Тищенко ; ред. Е. В. Клочкова. - 2-е изд. (эл.). - Москва : Теревинф, 2019. - 274 с. - Текст : электронный. - URL: https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785421205272.html	ЭБС Консультант студента (ВУЗ)
10	Формирование здорового образа жизни. Гигиенические и эпидемиологические методы в изучении неинфекционных заболеваний : учебное пособие / Н. В. Лукьяненко, Т. В. Сафьянова, В. И. Орлов [и др.] ; ред. Н. В. Лукьяненко. - Москва : ИНФРА-М, 2019. - 104 с. - Текст : электронный. - URL: http://new.ibooks.ru/bookshelf/365474/reading	ЭБС iBooks

2.13.3. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

Порядковый номер	1
Наименование	Международное общественное движение Здоровая планета
Вид	Интернет-ресурс
Форма доступа	http%3A%2F%2Fwww.zdorovajaplaneta.ru%2Fzdorovyj-obraz-zhizni-zozh%2F
Рекомендуемое использование	дополнительная литература для подготовки к практическим занятиям

Порядковый номер	2
Наименование	Здоровая Россия
Вид	Интернет-ресурс
Форма доступа	http%3A%2F%2Fwww.takzdorovo.ru%2F
Рекомендуемое использование	дополнительная литература для подготовки к практическим занятиям

Порядковый номер	3
Наименование	Калькулятор калорий
Вид	Интернет-ресурс
Форма доступа	http%3A%2F%2Fwww.calorizator.ru%2F
Рекомендуемое использование	дополнительная литература для подготовки к практическим занятиям

2.13.4. Карта перечня информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем по специальности 34.04.01 Управление сестринской деятельностью для очной формы обучения

№ п/п	Вид	Наименование	Режим доступа	Доступ	Рекомендуемое использование
1	2	3	4	5	6
1.	Видеоуроки практических навыков				
		Мультимедийные материалы	http://krasgmu.ru/index.php?page[self]=cdo	По логину/паролю	Электронный
2.	Видеолекции				
		Конспекты лекций	http://krasgmu.ru/index.php?page[self]=cdo	По логину/паролю	Электронный Сетевой
3.	Учебно-методический комплекс для дистанционного обучения				
		Учебно-методические материалы	http://krasgmu.ru/index.php?page[self]=cdo	По логину/паролю	Печатный Электронный
4.	Программное обеспечение				
		Электронная библиотека	http://krasgmu.ru/index.php?page[self]=cdo	По логину/паролю	Электронный
5.	Информационно-справочные системы и базы данных	ЭБС Консультант студента ВУЗ ЭБС Айбукс ЭБС Букап ЭБС Лань ЭБС Юрайт ЭБС MedLib.ru НЭБ eLibrary БД Web of Science БД Scopus ЭМБ Консультант врача Wiley Online Library Springer Nature ScienceDirect (Elsevier) СПС КонсультантПлюс СПС Консультант Плюс	http://www.studmedlib.ru/ https://ibooks.ru/ https://www.books-up.ru/ https://e.lanbook.com/ https://www.biblio-online.ru/ https://www.medlib.ru https://elibrary.ru/ http://webofscience.com/ https://www.scopus.com/ http://www.rosmedlib.ru/ http://search.ebscohost.com/ http://onlinelibrary.wiley.com/ http://journals.cambridge.org/ https://rd.springer.com/ https://www.sciencedirect.com/ http://www.consultant.ru/	По логину/паролю По логину/паролю По логину/паролю По логину/паролю По логину/паролю По логину/паролю, по IP-адресу По логину/паролю, по IP-адресу По IP-адресу По IP-адресу По логину/паролю По IP-адресу По IP-адресу По IP-адресу По IP-адресу По IP-адресу По IP-адресу	Для самостоятельной работы, при подготовке к занятиям

2.14. Образовательные технологии

Используемые образовательные технологии при изучении дисциплины "Здоровый образ жизни": 17% интерактивных часов от объема аудиторных часов. В рамках изучения дисциплины «Здоровый образ жизни» обучение студентов проводится на лекциях, аудиторных (практических) занятиях, а также в результате самостоятельного изучения отдельных тем. Занятия проводятся с использованием следующих методов обучения: объяснительно-иллюстративного, метода проблемного изложения, репродуктивного, частично-поискового и исследовательского. В рамках изучения дисциплины проводятся следующие разновидности лекций: академическая, проблемная, лекция-беседа, лекция с применением техники обратной связи, лекция с заранее запланированными ошибками, лекция-беседа, лекция-дискуссия, лекция с разбором конкретных ситуаций, с применением видео-фильмов. Проводятся следующие разновидности практических занятий: дискуссия, демонстрация, беседа, , наблюдение, консультирование, мозговой штурм, анализ проблемных ситуаций, деловая и ролевая образовательная игра, работа в малых группах. Внеаудиторная (самостоятельная) работа обучающихся включает следующие виды учебной деятельности: работа с учебниками и монографиями, конспектирование, упражнения, решение тестов и задач, экспертиза, подготовка ответов на вопросы, подготовка презентации, эссе, реферата и т.д.

2.15. Разделы дисциплины и междисциплинарные связи с последующими дисциплинами

		Разделы дисциплины, необходимые для изучения последующих дисциплин			
№ п/п	Наименование последующих дисциплин	1	2	3	4
1	Педагогика с методикой преподавания	+	+	+	+

2.16. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Обучение складывается из аудиторных занятий (24 час.), включающих лекционный курс и клинические практические занятия и самостоятельной работы (48 час.). Основное учебное время выделяется на практическую работу по закреплению знаний и получение практических навыков. При изучении учебной дисциплины необходимо использовать базисные знания, освоить практические умения работы с амбулаторным больным, учебной литературой, а также оценивать социальные факторы, влияющие на состояние психического и физического состояния пациента. Клинические практические занятия проводятся в виде докладов по вопросам темы занятия, «вопрос-ответ», деловой игры, круглого стола, использования наглядных пособий, решения ситуационных задач, ответов на тестовые задания, разбора больных. В соответствии с требованиями ФГОС ВО в учебном процессе широко используются активные и интерактивные формы проведения занятий: лекция-беседа, круглые столы, деловые игры и др. Самостоятельная работа студентов подразумевает подготовку к практическим занятиям, текущему контролю и включает в себя работу с учебной литературой, написание рефератов, подготовку презентаций, а также подготовку к тестированию. Работа с учебной литературой рассматривается как вид учебной работы по дисциплине «Здоровый образ жизни» и выполняется в пределах часов, отводимых на её изучение (в разделе СРС). Каждый обучающийся обеспечен доступом к библиотечным фондам университета и кафедры. По каждому разделу учебной дисциплины разработаны методические указания для студентов и методические рекомендации для преподавателей. Во время изучения учебной дисциплины студенты самостоятельно проводят научно-исследовательскую работу, оформляют таблицы и предоставляют рефераты. Написание реферата способствует формированию научно-исследовательских навыков, умений работать с научной литературой, правильно оформлять свою научную работу в виде реферата. Работа студента в группе формирует чувство коллективизма и коммуникабельность. Обучение студентов способствует воспитанию у них навыков общения с больным с учетом этико-деонтологических особенностей пациентов. Самостоятельная работа с пациентами способствует формированию активной жизненной позиции поведения, аккуратности, дисциплинированности. Исходный уровень знаний студентов определяется тестированием и ответами на вопросы, текущий контроль усвоения предмета определяется вопросами по теме занятия, при решении типовых ситуационных задач и тестовых заданий. В конце изучения дисциплины проводится промежуточный контроль знаний с проверкой практических умений, использованием тестового контроля и собеседованием (решением ситуационных задач и ответами на вопросы к зачету).

2.17. Особенности организации обучения по дисциплине для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

1. Обучение инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

по заявлению обучающегося кафедрой разрабатывается адаптированная рабочая программа с использованием специальных методов обучения и дидактических материалов, составленных с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья обучающегося.

2. В целях освоения учебной программы дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья кафедра обеспечивает:

1) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

- размещение в доступных местах и в адаптированной форме справочной информации о расписании учебных занятий для обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими;
- присутствие преподавателя, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;
- выпуск альтернативных форматов методических материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);

2) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- надлежащими звуковыми средствами воспроизведения информации;

3) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата:

- возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, туалетные комнаты и другие помещения кафедры. В случае невозможности беспрепятственного доступа на кафедру организовывать учебный процесс в специально оборудованном помещении (ул. Партизана Железняка, 1, Университетский библиотечно-информационный центр: электронный читальный зал (ауд. 1-20), читальный зал (ауд. 1-21).

3. Образование обучающихся с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах.

4. Перечень учебно-методического обеспечения самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Категории студентов	Оборудование	Формы
С нарушением слуха	1. Индукционная система Исток с1и	- в печатной форме; - в форме электронного документа;
С нарушением зрения	1. Сканирующая и читающая машина SARA CE; 2. Специализированное ПО: экранный доступ JAWS; 3. Наклейка на клавиатуру со шрифтом Брайля; 4. Принтер Брайля (рельефно-точечный);	- в печатной форме (по договору на информационно-библиотечное обслуживание по межбиблиотечному абонементу с КГБУК «Красноярская краевая специальная библиотека - центр социокультурной реабилитации инвалидов по зрению» №2018/2 от 09.01.2018 (срок действия до 31.12.2022) - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла;

С нарушением опорно-двигательного аппарата	1. Специализированный стол; 2. Специализированное компьютерное оборудование (клавиатура программируемая крупная адаптивная, головная компьютерная мышь, джойстик компьютерный);	- в печатной форме; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла;
1. Ресивер для подключения устройств.		