Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ НАРОДНОГО ХОЗЯЙСТВА И ГОСУДАРСТВЕННОЙ СЛУЖБЫ при ПРЕЗИДЕНТЕ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ»

Среднерусский институт управления – филиал
ФАКУЛЬТЕТ: «Государственное и муниципальное управление»
КАФЕДРА «Социология и социальные технологии»

Меркулов Павел Александрович

Подписан: Меркулов Павел Александрович
DN: C=RU, S=Орловская область, L=гор. Орел, T=Директор, OU="СРЕДНЕРУССКИЙ ИНСТИТУТ УПРАВЛЕНИЯ - ФИЛИАЛ ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ ""РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ НАРОДНОГО ХОЗЯЙСТВА И ГОСУДАРСТВЕННОЙ СЛУЖБЫ ПРИ ПРЕЗИДЕНТЕ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ"", O="ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ "" РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ НАРОДНОГО ХОЗЯЙСТВА И ГОСУДАРСТВЕННОЙ СЛУЖБЫ ПРИ ПРЕЗИДЕНТЕ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ""", СНИЛС=00482216008, ИНН=575206486423, E=it@orel.ranepa.ru, G=Павел Александрович, SN=Меркулов, CN=Меркулов Павел Александрович
Основание: я подтверждаю этот документ своей удостоверяющей подписью
Местоположение: Среднерусский институт управления

УТВЕРЖДЕНО
Директор Среднерусского института управления – филиал РАНХ и ГС
П.А. Меркулов

ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА
ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ С МОЛОДЕЖЬЮ

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
реализуемой без применения электронного (онлайн) курса

Б1.В.16 Основы медицинских знаний и здорового образа жизни
(код и наименование РПД)

39.03.03 Организация работы с молодежью
(код и наименование направления подготовки/специальности)

очная
(форма (формы) обучения)

Год набора: 2023

Орел, 2023 г.

Автор(ы)-составитель(и): кандидат соц наук, доцент кафедры Социологии и социальных технологий Е.В. Титова

Заведующий кафедрой
социологии и социальных технологий, доктор социологических наук, профессор А.А. Алексеенок

РПД «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» одобрена на заседании кафедры социологии и социальных технологий, Протокол от 28 августа 2022 г., №1.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы ……4
2. Объем и место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы ……5
3. Содержание и структура дисциплины (модуля) ……...6
4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся и фонд оценочных средств промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) ……..7
5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля) ……17
6. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю) ……20
6.1. Основная литература ……..20
6.2. Дополнительная литература ……..21
6.3. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы ……21
6.4. Нормативные правовые документы ……..21
6.5. Интернет-ресурсы ……21
6.6. Иные источники ……..21
7. Материально-техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы ……22

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения программы

1.1. Дисциплина Б1.В.16 «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» обеспечивает овладение следующими компетенциями:

УК ОС - 7 Способен поддерживать уровень физического здоровья, достаточного для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

УК ОС – 8 Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.

Таблица 1

Этапы освоения компетенций

Код компетенции	Наименование компетенции	Код этапа освоения компетенции	Наименование этапа освоения компетенции
УК ОС - 7	Способен поддерживать уровень физического здоровья, достаточного для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК ОС – 7.2	Формирование способности поддерживать уровень физического здоровья, достаточный для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности на основе системных представлений о направлениях сохранения и укрепления физического, психического и социального благополучия человека.
УК ОС – 8	Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	УК – 8.2	Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, используя знания социально-медицинского характера, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.

1.1. В результате освоения дисциплины у студентов должны быть сформированы:

Таблица 2

ОТФ/ТФ *(при наличии профстандарта)*/ профессиональные действия	Код этапа освоения компетенции	Результаты обучения
	УК ОС – 7.2	**Сформированы знания:** -сущности понятий «здоровье индивидуальное», «здоровье населения», «здоровье общественное»; категории «болезнь» и «здоровье», их социальную обусловленность; показатели здоровья; факторы, определяющие здоровье; факторы риска здоровью (первичные и вторичные, большие и т.д.); понятия (образ жизни), (стиль жизни), (качество жизни)

		«здоровый образ жизни», пути формирования здорового образа жизни; понятие «профилактика в медицине» (первичная и вторичная, личная и общественная и т.д.); - основы современной теории физического, психического и социального здоровья;
		Сформированыумения: - поддерживать уровень физического здоровья, достаточного для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;
		Сформированынавыки: - обеспечивающие сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств.
	УК – 8.2	**Сформированы знания:** -структуры заболеваемости, причин возникновения и характер распространения основных инфекционных и соматических болезней, социальные основы психосоматических заболеваний и болезней зависимости; - законодательства и программных документов в сфере обеспечения безопасности жизнедеятельности; - основные технологии обеспечения физического, психического и социального здоровья;
		Сформированы умения: - определить факторы, угрожающие жизни и здоровью человека, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций; - планировать и осуществлять профилактику социально обусловленных заболеваний;
		Сформированы навыки: - определения состояния человека, требующего оказания неотложной медицинской помощи; - выявления медико-социальных проблем клиента и определения путей их решения;

2. Объем и место дисциплины (модуля) в структуре ОП ВО

Объем дисциплины

Таблица 3

Вид учебных занятий и самостоятельной работы	**Объем дисциплины, час.**									
	Всего	**Семестр**								
		1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**
Контактная работа обучающихся с преподавателем, в том числе:	**36**			36							
Лекционного типа (Л)	18			18							
Лабораторные работы (ЛР)											

Практического типа (ПЗ)		18			18							
Контролируемая самостоятельная работа обучающихся (КСР):												
Контактная внеаудиторная работа, в том числе проводимая в электронной информационно-образовательной среде												
Самостоятельная работа обучающихся (СР) (всего):		**72**			72							
Промежуточная аттестация	**Форма**	Зачет			Зачет							
	Час.											
Общая трудоемкость (час./з.е.)		108/3			108/3							

Место дисциплины в структуре ОП ВО

Дисциплина Б1.В.16 «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»изучается на 2-м курсе в 3-м семестре, общая трудоемкость дисциплины 3 з.е.

Дисциплина Б1.В.16 «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»реализуется после изучения:

Б1.О.03 «Безопасность жизнедеятельности»;

параллельно осваивается с дисциплиной Б1.О.19 «Физическая культура и спорт» опирается на знания, полученные в ходе изучения вышеуказанных дисциплин и находится в тесной взаимосвязи с ними.

3. Содержание и структура дисциплины (модуля)

Очная форма обучения

Таблица 4

№ п/п	**Наименование тем и/или разделов**	**Объем дисциплины (модуля), час.**					**Форма текущего контроля успеваемости**, промежуточной аттестации *****
		Всего	**Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий**			**СР, в том числе и КВР**	
			Л	**ЛР/ ЭО, ДОТ***	**ПЗ/ ЭО, ДОТ***	**КСР**	
Тема 1	Теоретико-методологические основания здорового образа жизни.	12	2	-	2		8	
Тема 2	Понятие об общественном и индивидуальном здоровье. Методы оценки общественного здоровья.	12	2	-	2		8	О1
Тема 3	Факторы риска и	12	2	-	2		8	О2

	устойчивости здоровья.							
Тема 4	Генетическая и социальная обусловленность здоровья.	12	2	-	2		8	О3
Тема 5	Санитарно-эпидемиологическое благополучие населения. Санитарное законодательство.	12	2	-	2		8	О4
Тема 6	Социально-медицинская этика.	12	2	-	2		8	О5
Тема 7	Основы законодательства Российской Федерации об охране здоровья гражданина.	12	2	-	2		8	О6, Т1
Тема 8	Социально-медицинская просветительская деятельность.	12	2	-	2		8	О7
Тема 9	Неотложная медицинская помощь (доврачебная)	12	2	-	2		8	О8,9, Т2
Промежуточная аттестация								**Зачет**
Всего:		**108/3**	**18**	**-**	**18**	Кол лок.	**72**	

Примечание:

формы текущего контроля успеваемости: курсовые работы (КР), опрос (О), тестирование (Т), коллоквиум (Кол), эссе (Эс), диспут (Д) и др.

формы промежуточной аттестации: экзамен (Экз), зачет (За), зачет с оценкой (ЗаО) и др.

Содержание дисциплины (модуля)

Тема 1.Теоретико-методологические основания здорового образа жизни.

Здоровый образ жизни: понятие, факторы его определяющие. Характеристика элементов, составляющих ЗОЖ: режим работы и отдыха, сон, рациональное питание, личная гигиена, физическая активность.

Тема 2.Понятие об общественном и индивидуальном здоровье. Методы оценки общественного здоровья.

Характеристика понятий «здоровье», «общественное здоровье», «индивидуальное здоровье». Критерии и показатели, характеризующие общественное здоровье: медико-демографические, уровень заболеваемости, уровень первичной инвалидности и т.д.

Характеристика факторов, определяющих состояние здоровья населения социально-экономические (образ жизни, условия труда, жилищные условия, материальное благосостояние и т.д.); социально-биологические (возраст, пол, наследственность и т.д.); эколого-климатические (состояние воздуха, воды, почвы, уровень солнечной радиации и т.д.); медико-организационные (качество, эффективность, доступность медико-социальной помощи и т.д.).

Тема 3. Факторы риска и устойчивости здоровья.

Болезни цивилизации и их социальный характер.

Характеристика факторов риска развития болезней цивилизации. Принципы профилактики и диагностики болезней цивилизации.

Тема 4. Генетическая и социальная обусловленность здоровья.

Генетическая обусловленность здоровья (проблемы наследственных заболеваний, генные мутации, моногенные болезни, полигенные болезни).

Социально обусловленные болезни (понятие и механизмы распространения социальных заболеваний, общая характеристика заболеваемости населения социальными заболеваниями).

Характеристика наиболее распространённых социальных заболеваний.

Тема 5. Санитарно-эпидемиологическое благополучие населения. Санитарное законодательство.

Понятие «санитарно-эпидемиологическое благополучие населения» и проблемы его обеспечения. Государственные санитарно-эпидемиологические нормативы. Санитарное законодательство: эпидемиологический надзор и эпидемиологический контроль. Состояние санитарно-эпидемиологического благополучия населения в Российской Федерации.

Тема 6. Социально-медицинская этика.

Понятия «этика» и «деонтология» в медицине. Характеристика этических медицинских принципов. Врачебная тайна. Правила взаимоотношений специалистов социономических профессий с клиентами при решении проблем социально-медицинского характера.

Тема 7. Основы законодательства Российской Федерации об охране здоровья гражданина.

Медицинское право: понятие, этапы становления. Характеристика основных положений федеральных законов в области охраны здоровья населения РФ. Нормативно-правовые основания организации медицинской помощи населению в системе здравоохранения.

Тема 8. Социально-медицинская просветительская деятельность.

Задачи и направления современного санитарного просвещения населения. Формы просвещения. Социально-медицинские проблемы организации социальной работы с населением.

Тема 9. Неотложная медицинская помощь.

Неотложные состояния при воздействии факторов внешней среды: отравления, воздействия высоких температур на организм, воздействие низких температур на организм, поражение электротоком, утопление, асфиксия, синдром длительного сдавления и т.д. Правила обращения с пострадавшим. Неотложная медицинская помощь в терапии.

4. МАТЕРИАЛЫ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ И ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

4.1. Формы и методы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

4.1.1. В ходе реализации дисциплины Б1.В.16 «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»используются следующие методы текущего контроля успеваемости обучающихся:

– при проведении занятий лекционного типа: опрос;

– при проведении практических занятий: опрос; тестирование, доклад, презентация;

- при контроле результатов самостоятельной работы студентов: проверка выполненных заданий для самостоятельной работы, в том числе в электронной информационно-образовательной среде, коллоквиум.

4.1.2. Зачет проводится с применением следующих методов (средств):

Зачет по дисциплине Б1.В.16 «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»проводится в устной форме по билетам, состоящим из двух теоретических вопросов.

4. 2. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся.

Типовые оценочные материалы:

Типовые вопросы для подготовки к опросу

по теме 1«Теоретико-методологические основания здорового образа жизни».

1. Здоровый образ жизни: понятие, факторы его определяющие.
2. Характеристика элементов, составляющих ЗОЖ:

- режим работы и отдыха;
- сон;
- рациональное питание;
- личная гигиена;
- физическая активность. Возрастные особенности двигательной активности;
- психофизиологическая регуляция и аутотренинг;
- тренировка иммунитета и закаливание;
- специфические оздоровительные комплексы;
- вредные привычки и их влияние на ЗОЖ.

3. Воспитание в семье культуры здоровья, потребности в ЗОЖ.
4. Особенности питания молодежи: плюсы и минусы. Приоритетные направления улучшения качества продуктов питания.
5. Характеристика основных лечебных диет.
6. Роль личности в сохранении и укреплении своего здоровья, значение самообразования и самовоспитания.

по теме 2«Понятие об общественном и индивидуальном здоровье. Методы оценки общественного здоровья».

1. Понятие «индивидуальное здоровье», критерии оценки (структурная и функциональная сохранность органов и систем, сохранность привычного самочувствия, высокая приспособляемость к изменениям и др.).
2. Понятие «общественное здоровье». Показатели и критерии оценки.
3. Общая заболеваемость. Основные критерии и показатели, их социально-медицинская оценка.
4. Характеристика общественного здоровья населения России.

по теме 3 «Факторы риска и устойчивости здоровья».

1. Болезни цивилизации и их социальный характер (понятие, содержание).
2. Характеристика факторов риска развития болезней цивилизации.
3. Понятие «профилактика». Виды профилактики (первичная, вторичная, третичная).
4. Принципы профилактики и диагностики болезней цивилизации.

по теме 4 «Генетическая и социальная обусловленность здоровья».

1. Генетическая обусловленность здоровья (проблемы наследственных заболеваний, генные мутации, моногенные болезни, полигенные болезни).
2. Социально обусловленные болезни (понятие и механизмы распространения социальных заболеваний, общая характеристика заболеваемости населения социальными заболеваниями).

3. Характеристика наиболее распространённых социальных заболеваний:
3.1. Туберкулез;
3.2. Алкоголизм и наркомания;
3.3. Венерические заболевания и Вич-инфекция;
3.4. Вирусные гепатиты;
3.5. Сахарный диабет.

по теме5 «Санитарно-эпидемиологическое благополучие населения. Санитарное законодательство» для опроса.

1. Санитарно-эпидемиологическое благополучие населения и основы его обеспечения.
2. Общая характеристика Федерального закона «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» 30 марта 1999 года № 52-ФЗ, его основные разделы и статьи.
3. Система мер санитарно-гигиенического характера по обеспечению санитарно-эпидемиологического благополучия населения.
4. Права и обязанности граждан по вопросам санитарно-эпидемиологического благополучия.
5. Центры государственного санитарно-эпидемиологического надзора как основные учреждения, осуществляющие контроль соблюдения санитарного законодательства.

по теме6 «Социально-медицинская этика».

1. Понятия «этика» и «деонтология» в медицине.
2. Характеристика этических медицинских принципов.
3. Врачебная тайна.
4. Правила взаимоотношений специалистов социономических профессийс клиентами при решении проблем социально-медицинского характера.

по теме 7«Основы законодательства Российской Федерации об охране здоровья гражданина» для опроса.

1. Медицинское право. Основные этапы становления и формирования в современных условиях развития российского общества.
2. Охрана здоровья граждан в российском законодательстве.
3. Характеристика государственной программы Российской Федерации «Развитие здравоохранения», утвержденной постановлением Правительства Российской Федерации от 15.04.2014 № 294.
4. Здравоохранение как система институтов, осуществляющих функции охраны и поддержания здоровья.
5. Системы здравоохранения, действующие в РФ. Медицинское страхование.
6. Стратегия ВОЗ в охране здоровья граждан.

Типовые тестовые задания:

Тест 1.

1. Какой главный правовой акт в настоящее время регулирует взаимоотношения в сфере здравоохранения в Российской Федерации?

1. Кодекс законов о труде РФ;
2. Гражданский кодекс РФ;
3. Основы законодательства РФ об охране здоровья граждан;

2. С какого возраста можно должно быть получено информированное добровольное согласие пациента на медицинское вмешательство?

1. С 18 лет;
2. с 15 лет;

3. с 16 лет;
4. с 21 года;
5. с 14 лет

3. Кто вправе дать согласие на плановое медицинсоке вмешательство в отношении малолетнего ребенка?

1. главный врач больницы;
2. лечащий врач;
3. законный представитель;
4. согласие не требуется;

4. Какой правовой порядок отказа от медицинского вмешательства?

1. нотариальное заверение;
2. устная форма;
3. расписка, написанная пациентом собственноручно;
4. запись в истории болезни с подписями пациента и лечащего врача;
5. подпись главного врача больницы.

5. Паллиативная помощь должна осуществляться:

1. медицинскими работниками;
2. членами семьи и/или друзьями больного;
3. социальными работниками или священнослужителями;
4. всеми перечисленными группами.

6. Обсуждение с пациентом диагноза и прогноза зависит от:

1. семьи больного;
2. пациента;
3. врача;
4. проводится в любом случае

Ответы на тестовые задания:

1. **- 3,** 2. **– 5,** 3. **– 3,** 4.**–2,** 5. **– 4,** 6. **– 4.**

по теме8«Социально-медицинская просветительская деятельность» для опроса

1. Цель и принципы социально-медицинской просветительской деятельности.

2. Современные методы и средства просветительской деятельности.

3. Роль специалиста по социальной работе в пропаганде медико-гигиенических знаний.

по теме9 «Неотложная медицинская помощь» для опроса

1. Неотложные состояния при воздействии факторов внешней среды: отравления, воздействия высоких температур на организм, воздействие низких температур на организм, поражение электротоком, утопление, асфиксия, синдром длительного сдавления и т.д.
2. Неотложная медицинская помощь в терапии.
3. Правила обращения с пострадавшим.

Типовые тестовые задания по теме 9:

1. Возникновение приступа кратковременной потери сознания, чаще в молодом возрасте, снижение артериального давления, бледность кожных покровов — характерные признаки:

А) коллапса, Б) обморока, В) истерического припадка, Г) эпилептического припадка.

2. Для артериального кровотечения характерно выделение крови из раны:

А) в виде пульсирующей струи алого цвета,

Б) обильное вытекание темной крови,

В) вытекание крови по каплям,

Г) ни одно из них.

3. Во время транспортировки пострадавшего в бессознательном состоянии необходимо:

А) уложить на бок,

Б) уложить на спину с запрокинутой головой,

В) уложить на спину с высоко приподнятым головным концом,

Г) уложить на спину с приподнятым ножным концом.

4. При оказании реанимационного пособия одним реанимирующим соотношение вдохов и компрессий грудной клетки должно составлять:

А) 1 вдох рот в рот и 15 компрессий грудной клетки,

Б) 2 вдоха и 5 компрессий грудной клетки,

В) 2 вдоха и 15 компрессий грудной клетки,

Г) 1 вдох и 5 компрессий грудной клетки.

5. При переломах костей таза больного транспортируют:

А) в позе «лягушки» (ноги согнуты в коленях и отведены в стороны),

Б) в положении сидя в кресле-каталке,

В) на носилках в положении лежа на животе,

Г) самостоятельно пешком.

6. К достоверным признакам при переломах костей относятся:

А) костная деформация, крепитация, патологическая подвижность,

Б) наличие припухлости,

В) нарушение функции конечности,

Г) боль в области травмы.

7. Первым достоверным признаком отравления метиловым спиртом является:

А) состояние, сходное с алкогольным опьянением, потеря зрения вплоть до слепоты, нитевидный пульс, одышка, головная боль, тошнота, рвота, снижение АД,

Б) алкогольное опьянение, тошнота, рвота с примесью алой крови, значительное увеличение печени, снижение АД,

В) алкогольное опьянение, тошнота, рвота «кофейной гущей», слабость, снижение АД,

Г) алкогольное опьянение, тошнота, рвота, частый жидкий стул, боли в животе, снижение АД.

8. Отсутствие сознания, судороги, цианоз лица, кровоизлияние в склеры, патологический тип дыхания, выбухание шейных вен, наличие странгуляционной борозды — характерные признаки:

А)утопления, Б) повешения, В) поражения электротоком, Г) синдрома длительного раздавливания.

9. Отсутствие сознания, судороги, общий цианоз, «метки» тока, патологический тип дыхания — признаки: А) повешения, Б) поражения электротоком, В) утопления, Г) синдрома длительного раздавливания.

10. Больной обнаружен под завалом здания без сознания, нижняя конечность отечная, «деревянистая», синюшная. У больного артериальное давление резко снижено, дыхание патологическое. Какой диагноз можно предположить?

А) синдром длительного раздавливания,

Б) повешение,

В) гипертонический криз,

Г) поражение электротоком.

Ответы на тестовые задания:

1. - Б, 2. - А, 3. - А, 4. - В, 5. – А, 6. – А, 7. –А, 8. – Б, 9. – Б, 10. – А.

Тематика докладов для коллоквиума:

1. Характеристика элементов, составляющих ЗОЖ: режим работы и отдыха.

2. Характеристика элементов, составляющих ЗОЖ: сон.

3. Характеристика элементов, составляющих ЗОЖ: рациональное питание.

4. Характеристика элементов, составляющих ЗОЖ: личная гигиена.

5. Характеристика элементов, составляющих ЗОЖ: физическая активность. Возрастные особенности двигательной активности молодежи.

6. Характеристика элементов, составляющих ЗОЖ: психофизиологическая регуляция и аутотренинг.

7. Характеристика элементов, составляющих ЗОЖ: тренировка иммунитета и закаливание.

8. Характеристика элементов, составляющих ЗОЖ: специфические оздоровительные комплексы.

9. Характеристика элементов, составляющих ЗОЖ: вредные привычки и их влияние на ЗОЖ.

10. Воспитание в семье культуры здоровья, потребности в ЗОЖ.

11. Особенности питания молодежи: плюсы и минусы. Приоритетные направления улучшения качества продуктов питания.

12. Характеристика основных лечебных диет.

13. Роль личности в сохранении и укреплении своего здоровья, значение самообразования и самовоспитания.

14. Характеристика наиболее распространённых социальных заболеваний: туберкулез.

15. Характеристика наиболее распространённых социальных заболеваний: алкоголизм и наркомания.

16. Характеристика наиболее распространённых социальных заболеваний: венерические заболевания и Вич-инфекция.

17. Характеристика наиболее распространённых социальных заболеваний: вирусные гепатиты;

18. Характеристика наиболее распространённых социальных заболеваний: сахарный диабет.

19. Болезни цивилизации и их социальный характер (понятие, содержание).

20. Природа и механизмы распространения социальных заболеваний.

21. Эффективные формы профилактики социально обусловленных заболеваний.

4.4. Оценочные средства для промежуточной аттестации

4.4.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы. Показатели и критерии оценивания компетенций с учетом этапа их формирования

Таблица 5

Код компетенции	Наименование компетенции	Код этапа освоения компетенции	Наименование этапа освоения компетенции
УК ОС - 7	Способен поддерживать уровень физического здоровья, достаточного для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК ОС – 7.2	Формирование способности поддерживать уровень физического здоровья, достаточный для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности на основе системных представлений о направлениях сохранения и укрепления физического, психического и социального благополучия человека.
УК ОС - 8	Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	УК ОС – 8.2	Способность создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности используя знания социально-медицинского характера, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.

Таблица 6

Этап освоения компетенции	Показатель оценивания	Критерии оценивания
УК ОС – 7.2 Формирование способности поддерживать уровень физического здоровья, достаточный для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности на основе системных представлений о направлениях сохранения и укрепления физического,	Способность применять и учитывать знания социально-медицинского характера для поддержания уровня физического здоровья, достаточного для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Демонстрирует знание современных стратегий обеспечения физического здоровья человека, позволяющих обеспечить полноценную социальную и профессиональную деятельность; - Демонстрирует знание основсовременной теории физического, психического и социального здоровья; - Владеет системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование

психического и социального благополучия человека. УК ОС – 8.2Способность создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности используя знания социально-медицинского характера, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.	Способность применять и учитывать знания социально-медицинского характера при создании и поддержании безопасных условий жизнедеятельности для клиента, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций	психофизических способностей и качеств, необходимых для осуществления профессиональной деятельности - Демонстрирует знание сущности понятия «общественное здоровье», «индивидуальное здоровье», «социально обусловленные заболевания», «болезнь», структуры заболеваемости, причин возникновения и характер распространения основных инфекционных и соматических болезней, социальные основы психосоматических заболеваний и болезней зависимости; - Демонстрирует знание законодательства и программных документов в сфере обеспечения безопасности жизнедеятельности клиентов; - Демонстрирует умение определять факторы, угрожающие жизни и здоровью человека, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций; - Демонстрирует умение планировать и осуществлять профилактику социально обусловленных заболеваний; - Демонстрирует способность определения состояния человека, требующего оказания неотложной медицинской помощи.

Типовые вопросы к зачету:

1. Здоровый образ жизни: понятие, факторы его определяющие.
2. Характеристика элементов, составляющих ЗОЖ: режим работы и отдыха.
3. Характеристика элементов, составляющих ЗОЖ: сон.
4. Характеристика элементов, составляющих ЗОЖ: рациональное питание.
5. Характеристика элементов, составляющих ЗОЖ: личная гигиена.

6. Характеристика элементов, составляющих ЗОЖ: физическая активность. Возрастные особенности двигательной активности молодежи.

7. Характеристика элементов, составляющих ЗОЖ: психофизиологическая регуляция и аутотренинг.

8. Характеристика элементов, составляющих ЗОЖ: тренировка иммунитета и закаливание.

9. Характеристика элементов, составляющих ЗОЖ: специфические оздоровительные комплексы.

10. Характеристика элементов, составляющих ЗОЖ: вредные привычки и их влияние на ЗОЖ.

11. Воспитание в семье культуры здоровья, потребности в ЗОЖ.

12. Особенности питания молодежи: плюсы и минусы. Приоритетные направления улучшения качества продуктов питания.

13. Характеристика основных лечебных диет.

14. Роль личности в сохранении и укреплении своего здоровья, значение самообразования и самовоспитания.

15. Понятие «индивидуальное здоровье», критерии (показатели) его оценки.

16. Понятие «общественное здоровье». Показатели и критерии оценки.

17. Общая заболеваемость. Основные критерии и показатели, их социально-медицинская оценка.

18. Характеристика общественного здоровья населения России.

19. Характеристика социально-экономических факторов, определяющих состояние здоровья населения (образ жизни, условия труда, жилищные условия, материальное благосостояние и т.д.).

20. Характеристика биологических факторов, определяющих состояние здоровья населения (возраст, пол, наследственность и т.д.).

21. Характеристика медико-организационных факторов, определяющих состояние здоровья населения (качество, эффективность, доступность медико-социальной помощи и т.д.).

22. Понятия здоровья и болезни. Факторы, определяющие здоровье населения.

23. Характеристика основных показателей и критериев общественного здоровья населения.

24. Болезни цивилизации и их социальный характер (понятие, содержание).

25. Характеристика факторов риска развития болезней цивилизации.

26. Правила взаимоотношений специалистов социономических профессий с клиентами при решении проблем социально-медицинского характера.

27. Характеристика понятия «профилактика». Основные её виды и принципы.

28. Социально обусловленные заболевания: виды и краткая характеристика.

29. Природа и механизмы распространения социальных заболеваний.

30. Эффективные формы профилактики социально обусловленных заболеваний.

31. Генетическая обусловленность здоровья (проблемы наследственных заболеваний, генные мутации, моногенные болезни, полигенные болезни).

32. Социально обусловленные болезни (понятие и механизмы распространения социальных заболеваний, общая характеристика заболеваемости населения социальными заболеваниями).

33. Санитарно-эпидемиологическое благополучие населения: понятие, содержание, нормативно-правовое закрепление в РФ.

34. Санитарно-просветительская деятельность в современной России.

35. Основы законодательства РФ об охране здоровья гражданина.

36. Инфекционные заболевания, их эволюция и меры специфической профилактики.

37. Характеристика вредных привычек и их влияние на здоровый образ жизни.

38. Нетложная медицинская помощь (доврачебная): понятие, основные правила оказания.

39. Состояние санитарно-эпидемиологического благополучия молодежи в Российской Федерации.

40. Здравоохранение как система институтов, осуществляющих функции охраны и поддержания здоровья.

Шкала оценивания: «зачтено», «не зачтено»

Показатели, критерии и оценивание компетенций по этапам их формирования

Таблица 7

Наименование темы	**Код компетенции**	**Критерии оценивания устного ответа**	**Оценка**
Теоретико-методологические	УК ОС – 7	студент владеет целостным	Зачтено

основания здорового образа жизни.		видением предмета технологии социальной работы, - свободно и последовательно излагает материал, - дает полный развернутые ответ с примерами, - демонстрирует осведомленность по дополнительным источникам литературы - проявляет способность к анализу методологических и теоретических проблем здорового образа жизни. Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике. Студент владеет основным объемом знаний по дисциплине; проявляет затруднения в самостоятельных ответах, оперирует неточными формулировками; в процессе ответов допускаются ошибки по существу вопросов. Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.	
Понятие об общественном и индивидуальном здоровье. Методы оценки общественного здоровья.	УК ОС – 7		
Факторы риска и устойчивости здоровья.	УК ОС – 7		
Генетическая и социальная обусловленность здоровья.	УК ОС – 7 УК ОС - 8		
Санитарно-эпидемиологическое благополучие населения. Санитарное законодательство.	УК ОС – 7		Зачтено
Социально-медицинская этика.	УК ОС – 7		
Основы законодательства Российской Федерации об охране здоровья гражданина.	УК ОС – 7 УК ОС - 8		Зачтено
Социально-медицинская просветительская деятельность.	УК ОС – 8		
Неотложная медицинская помощь (доврачебная)	УК ОС – 8		Не зачтено

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

Обучение по дисциплине Б1.Б.25 «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»завершается зачетом, который проводится по всему её содержанию в устной форме.

В самом начале учебного курса желательно ознакомиться со следующей учебно-методической документацией:

- программой дисциплины;
- перечнем знаний, умений и навыков, которыми студент должен владеть;
- тематическими планами лекций, практических занятий;
- контрольными мероприятиями;
- учебником, учебными пособиями по дисциплине, а также электронными

ресурсами;

- перечнем примерных вопросов к экзамену.

Обучение по дисциплине Б1.Б.25 «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»предполагает изучение курса на аудиторных занятиях (лекционные, практические, лабораторные занятия), а также в ходе самостоятельной работы. Рекомендуется пользоваться контрольными вопросами к каждой теме, программой курса, рекомендуемой основной и дополнительной литературой.

К каждой теме занятий студентам необходимо готовиться заранее. Существенным аспектом изучения курса является знакомство не только с теоретическим материалом, но и с практическим опытом в социальной сфере.

В процессе подготовки к практическим занятиям студентам предлагается выполнить следующие домашние задания:

- ознакомиться с вопросами к теме, рассматриваемой на лекции, практическом занятии, и подготовить ответы на них;
- выполнить тестовые задания;
- подготовить доклады для коллоквиума;
- подготовить презентацию в формате Microsoft PowerPoint.

Самостоятельная работа студента является одной из важнейших составляющих учебного процесса, в ходе, которой происходит формирование навыков, умений и знаний и в дальнейшем обеспечивается усвоение студентом приемов познавательной деятельности, интерес к творческой работе и, в конечном счете, способность решать научные и профессиональные задачи.

С целью рациональной организации студентами самостоятельной работы по дисциплине Б1.Б.25 «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»необходимо ознакомиться с Методическими рекомендациями по организации самостоятельной работы студентов заочной формы обучения по направлению подготовки 39.03.03 «Организация работы с молодежью» авторов А.Л. Елисеева и В.В. Зима.

Задания для самостоятельной подготовки и самоконтроля.

Тема 1.Теоретико-методологические основания здорового образа жизни.

1. Здоровый образ жизни: понятие, пути формирования, значение для сохранения и укрепления здоровья, профилактики заболеваний.
2. Двигательная активность: виды, значение для здоровья.
3. Организация физкультурно-оздоровительной работы.
4. Рациональное питание: основные принципы, его значение для укрепления и сохранения здоровья.
5. Режим труда и отдыха.
6. Значение отсутствия вредных привычек (курения, потребления психоактивных веществ) для сохранения здоровья.

Тема 2. Понятие об общественном и индивидуальном здоровье. Методы оценки общественного здоровья.

1. Что такое качество жизни и индекс человеческого развития.
2. Проанализируйте источники и учетные признаки при изучении заболеваемости.
3. Заполните таблицу «Показатели индивидуального здоровья»

ПОКАЗАТЕЛИ	

4. К субъективным критериям оценки индивидуального здоровья можно отнести:

_____

_____

Тема 3. Факторы риска и устойчивости здоровья.

1. Заполните таблицу «Факторы обусловленности здоровья»

Сфера влияния факторов риска	**Факторы риска, %**			
	Условия и образ жизни	Внешняя среда	Генетический риск	Система здравоохранения
В целом для популяции				
В возникновении заболеваний:				
ИБС				
Туберкулёз				
Цирроз печени				
ЗППП и Вич-инфекция				
Транспортные травмы				
Сахарный диабет				

Тема 4. Генетическая и социальная обусловленность здоровья.

1. Заполните таблицу «Факторы, влияющие на здоровье»

Сфера влияния факторов (%)	**Факторы, укрепляющие здоровье**	**Факторы, ухудшающие здоровье**
Генетические		
Состояние окружающей среды		
Система здравоохранения и медицинской помощи		
Условия и образ жизни		

Тема 5. Санитарно-эпидемиологическое благополучие населения. Санитарное законодательство.

1. Понятие «санитарно-эпидемиологическое благополучие населения» и проблемы его обеспечения.

2. Информированность населения о санитарно-эпидемиологической обстановке в районе, городе, крае.

3. Роль социальных работников в формировании санитарной культуры населения.

Тема 6. Социально-медицинская этика.

1. Проанализируйте материалы СМИ о проблемах, которые рассматриваются с точки зрения социально-медицинской этики. Приведите примеры, раскройте и обоснуйте наиболее актуальные позиции авторов (приводя доводы авторов). Обоснуйте свою позицию на предложенную проблему социально-медицинской этики.

Тема 7. Основы законодательства Российской Федерации об охране здоровья гражданина.

1. Проанализируйте основные положения Конституции РФ в области охраны здоровья.
2. Проанализируйте основные положенияФедерального закона «Основы законодательства РФ об охране здоровья граждан».
3. Проанализируйте государственную программу Российской Федерации «Развитие здравоохранения», утвержденной постановлением Правительства Российской Федерации от 15.04.2014 № 294.

Тема 8. Социально-медицинская просветительская деятельность.

Задачи и направления современного санитарного просвещения населения. Формы просвещения. Социально-медицинские проблемы организации социальной работы с населением.

Тема 9. Неотложная медицинская помощь.

Решите задачу №1.

Больной утонул в реке. В бессознательном состоянии доставлен из воды спасателями. Объективно: сознание отсутствует, судороги, дыхание отсутствует, АД не определяется, тоны сердца не выслушиваются, цианоз кожи лица и туловища, изо рта выделяется розовая пена.

Ваш предварительный диагноз? Ваша тактика и неотложная помощь на догоспитальном этапе?

Решите задачу №2

При работе с электроприбором больной 40 лет потерял сознание, появились судороги. Объективно: больной без сознания, кожные покровы бледные, на коже «метка» тока в виде ожога на руке. АД не определяется. Пульс не прощупывается.

Ваш предварительный диагноз? Ваша тактика и неотложная помощь на догоспитальном этапе?

Критерии оценки самостоятельной работы:

Изученный в ходе самостоятельной работы учебный материал оценивается по следующим критериям:

а) при проведении практических занятий:

- в форме опроса, а также при собеседовании: по полноте раскрытия поставленного вопроса, его увязывания с другими вопросами темы и учебной дисциплины и способности отвечать на дополнительные вопросы;
- в форме дискуссий: по активности участия, способности аргументировать свою точку зрения и критически анализировать точки зрения других участников дискуссии.

б) при выполнении разноуровневых задач и заданий: правильное их выполнение в соответствии с полученным заданием;

г) при выступлении с докладом (по материалам презентации): способность донести результаты самостоятельно полученных результатов решения поставленной учебно-исследовательской темы;

д) при тестировании: способность за определённое время правильно ответить на поставленные в тестах вопросы.

6. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", включая перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

6.1. Основная литература

Таблица 9

№	Библиографическая запись	Сведения о наличии в библиотеке

		Печатная форма (кол-во в библиотеке)	Ссылка на ЭБС
1.	1. Мартыненко А.В. и др. Социальная медицина. – М.: Юрайт, 2015		http://www.urait.ru/catalog/pechatnye_izdaniya/34561/
2.	Морозов М.А.Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний. - Издательство: СпецЛит, 2012		http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=59832
3.	Антонова И.В. Основы социальной медицины. - Орел: Изд-во ОФ РАНХиГС, 2014	36	

6.2. Дополнительная литература

Таблица 10

№	Библиографическая запись	Сведения о наличии в библиотеке	
		Печатная форма (кол-во в библиотеке)	Ссылка на ЭБС
1.	Антонова И.В. Основы охраны здоровья молодежи. - Изд-во ОРАГС, 2011	30	
2.	Петрова Н.Г. Доврачебная неотложная помощь. - Издательство: СпецЛит, 2013		http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=59843
3.	Мисюк М.Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. - М.: Издательство Юрайт, 2016		http://www.urait.ru/catalog/pechatnye_izdaniya/37675

6.3. Нормативные правовые источники

1. Государственная программа Российской Федерации «Развитие здравоохранения», утвержденной постановлением Правительства Российской Федерации от 15.04.2014 № 294.

2.Конституция Российской Федерации. – М. 1992.

3.Федеральный закон от 29.11.2010 № 326-ФЗ «Об обязательном медицинском страховании в Российской Федерации»

4.Правила обязательного медицинского страхования, утвержденные приказом Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 28.02.2011г. №158н.

5.Федеральный закон «О дополнительных мерах по охране материнства и детства». (в ред. Трудового кодекса РФ от 30.12.2001 N 197-ФЗ)

6.Федеральный закон «О лекарственных средствах» от 22 июня 1998 г. № 86-ФЗ "О лекарственных средствах" (с изменениями от 2 января 2000 г., 30 декабря 2001 г., 10 января, 30 июня 2003 г., 22 августа, 29 декабря 2004 г.)

7.Федеральный закон «Об иммунопрофилактике инфекционных болезней» (с изменениями на 18 июля 2011 года)

8.Федеральный закон Российской Федерации от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации"

9.Федеральный закон «О качестве и безопасности пищевых продуктов». О качестве

и безопасности пищевых продуктов (с изменениями на 19 июля 2011 года)

10.Федеральный закон «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» от 30 марта 1999. №52-ФЗ.

6.4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы.

1. Елисеев А.Л., Зима В.В. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы студентов всех форм обучения по направлениям подготовки 39.03.03 «Организация работы с молодежью». - Орел: Издательство Орловского филиала РАНХиГС, 2016. – 18 с.

6.5. Интернет-ресурсы.

1. http://www.rosmintrud.ru Министерство труда и социальной защиты РФ
2. http://www.gks.ru Госкомстат России
3. http://www.wciom.ru - Всероссийский центр изучения общественного мнения
4. http://fom.ru/ - Фонд Общественное Мнение

6.5. Иные источники.

1. Семченко, Л.Н. Социальная работа в здравоохранении: учеб. пособие /Л.Н. Семченко, О.Ю.Герасимова. Челябинск: Изд-во Челяб. Гос.ун-та, 2010. 221с.

2. Шмелева, Светлана Васильевна. Содержание и методика социально-медицинской работы : учеб. пособие для вузов / С. В. Шмелёва, В. Г. Тактаров. - М. : Академия, 2010. - 223 с.

3. Коряковцева, Ольга Алексеевна. Комплексная поддержка молодой семьи : учеб.-метод. пособие / О. А. Коряковцева, М. И. Рожков. - М. : ВЛАДОС, 2008. - 204 с.

4. Комплексная реабилитация инвалидов : учеб. пособие для вузов / Т. В. Зозуля; под ред. Т. В. Зозули]. - М. : Академия, 2005. - 303 с.

5. Нестерова, Галина Федоровна. Социальная работа с пожилыми и инвалидами : учебник / Г. Ф. Нестерова, С. С. Лебедева, С. В. Васильев. - М. : Академия, 2009. - 287 с.

7. Материально-техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы

7.1. Материально-техническая база

Таблица 11

Вид помещения	Оборудование
Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, расположенных по адресу: г. Орёл, ул. Панчука, д.1а	Столы ученические Стулья Аудиторная доска меловая Видеопроектор acer m342, экран с эл. приводом ScreenMediaChampion 229x30
Учебные аудитории для проведения практических, расположенных по адресу: г. Орёл, ул. Панчука, д.1а	Столы компьютерные Столы ученические Стулья для компьютеров Стулья Кафедра настольная Компьютеры. в составе: системный блок: Процессор AMD A4-6300 3.7 GHz, ОЗУ 8Gb, Жесткий диск 500Gb, Монитор ViewSonic VA2261-2 Аудиторная доска трехстворчатая, меловая
Учебные аудитории для текущего контроля и промежуточной аттестации, расположенных по	Столы компьютерные Столы ученические Стулья для компьютеров

адресу: г. Орёл, ул. Панчука, д.1а	Стулья Кафедра настольная Компьютеры. в составе: системный блок: Процессор AMD A4-6300 3.7 GHz, ОЗУ 8Gb, Жесткий диск 500Gb, Монитор ViewSonic VA2261-2 Аудиторная доска трехстворчатая, меловая
Помещения для самостоятельной работы, расположенных по адресу: г. Орёл, ул. Панчука, д.1а	Столы компьютерные Столы ученические Стулья для компьютеров Стулья Кафедра настольная Компьютеры. в составе: системный блок: Процессор AMD A4-6300 3.7 GHz, ОЗУ 8Gb, Жесткий диск 500Gb, Монитор ViewSonic VA2261-2 Аудиторная доска трехстворчатая, меловая

7.2. Перечень программного обеспечения

Таблица 12

Наименование программного обеспечения	**Назначение и тип лицензии программного обеспечения**
7-Zip	Архиватор с высокой степенью сжатия Свободная лицензия
Adobe Acrobat Reader DC–Russian	Чтение, печать и рецензирование файлов PDF. Свободная лицензия
Google Chrome	Браузер Свободная лицензия
Mozilla FireFox	Браузер. Свободная лицензия
Opera	Браузер. Свободная лицензия
Yandex Браузер	Браузер Свободная лицензия
СПС Консультант Плюс	Справочно-правовая система. Лицензированная версия
Лань URL: e.lanbook.com	Электронная библиотечная система. Лицензионная версия
Юрайт URL: biblio-online.ru	Электронная библиотечная система. Лицензионная версия
IPR URL: iprbookshop.ru	Электронная библиотечная система. Лицензионная версия
URL: orel-ranepa.ru	Электронная информационная образовательная среда на платформе Moodle