

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина»
Медицинский институт
Кафедра общественного здоровья и здравоохранения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор института



Н. И. Воронин
«20» января 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по дисциплине Б1.В.ДВ.2.3 Адаптационная дисциплина для инвалидов и лиц с ОВЗ
"Санология"

Направление подготовки/специальность: 31.05.02 - Педиатрия

Профиль/направленность/специализация: Педиатрия

Уровень высшего образования: специалитет

Квалификация: Врач-педиатр

год набора: 2018

Тамбов, 2021

Автор программы:

Кандидат биологических наук, Муравьева Ирина Владимировна

Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 31.05.02 - Педиатрия (уровень специалитета) (приказ Министерства образования и науки РФ от «17» августа 2015 г. № 853).

Рабочая программа принята на заседании Кафедры общественного здоровья и здравоохранения «19» января 2021 г. Протокол № 2

Рассмотрена и одобрена на заседании Ученого совета Медицинского института, Протокол от «20» января 2021 г. № 1.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи дисциплины.....	4
2. Место дисциплины в структуре ОП Специалиста.....	8
3. Объем и содержание дисциплины.....	8
4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства.....	15
5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	19
6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.....	20
7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы.....	21

1. Цели и задачи дисциплины

1.1 Цель дисциплины – формирование компетенций:

ПК-1 Способность и готовность к осуществлению комплекса мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья детей и включающих в себя формирование здорового образа жизни, предупреждение возникновения и (или) распространения заболеваний, их раннюю диагностику, выявление причин и условий их возникновения и развития, а также направленных на устранение вредного влияния на здоровье детей факторов среды их обитания

ПК-4 Способность и готовность к применению социально-гигиенических методик сбора и медико-статистического анализа информации о показателях здоровья детей

ПК-15 Готовность к обучению детей и их родителей (законных представителей) основным гигиеническим мероприятиям оздоровительного характера, навыкам самоконтроля основных физиологических показателей, способствующим сохранению и укреплению здоровья, профилактике заболеваний

ПК-16 Готовность к просветительской деятельности по устранению факторов риска и формированию навыков здорового образа жизни

1.2 Виды и задачи профессиональной деятельности по дисциплине:

- медицинская

- предупреждение возникновения заболеваний среди населения путем проведения профилактических и противоэпидемических мероприятий
- проведение сбора и медико-статистического анализа информации о показателях здоровья населения различных возрастно-половых групп, характеризующих состояние их здоровья
- диагностика неотложных состояний
- диагностика беременности
- проведение экспертизы временной нетрудоспособности и участие в иных видах медицинской экспертизы
- оказание первичной врачебной медико-санитарной помощи в амбулаторных условиях и условиях дневного стационара
- участие в оказании скорой медицинской помощи при состояниях, требующих срочного медицинского вмешательства
- оказание медицинской помощи при чрезвычайных ситуациях, в том числе участие в медицинской эвакуации
- участие в проведении медицинской реабилитации и санаторно-курортного лечения
- формирование у населения, пациентов и членов их семей мотивации, направленной на сохранение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих
- проведение профилактических медицинских осмотров, диспансеризации, диспансерного наблюдения детей
- диагностика заболеваний и патологических состояний у детей
- оказание первичной врачебной медико-санитарной помощи детям в амбулаторных условиях и условиях дневного стационара
- обучение детей и их родителей (законных представителей) основным гигиеническим мероприятиям оздоровительного характера, способствующим профилактике возникновения заболеваний и укреплению здоровья

- организационно-управленческая

- применение основных принципов организации оказания медицинской помощи в медицинских организациях и их структурных подразделениях
- ведение медицинской документации в медицинских организациях
- соблюдение основных требований информационной безопасности
- создание в медицинских организациях благоприятных условий для пребывания детей и их родителей (законных представителей) и трудовой деятельности медицинского персонала
- организация проведения медицинской экспертизы у детей и подростков

- участие в организации оценки качества оказания медицинской помощи детям

1.3 В результате освоения дисциплины у обучающихся должны быть сформированы следующие компетенции:

Обобщенные трудовые функции / трудовые функции / трудовые или профессиональные действия (при наличии профстандарта)	Код и наименование компетенции ФГОС ВО, необходимой для формирования трудового или профессионального действия	Знания и умения, необходимые для формирования трудового действия / компетенции
<p>- А Оказание медицинской помощи детям в амбулаторных условиях, не предусматривающих круглосуточного медицинского наблюдения и лечения, в том числе на дому при вызове медицинского работника</p> <p>- А/04.7 Проведение профилактических мероприятий, в том числе санитарно-просветительной работы, среди детей и их родителей</p>	<p>ПК-1 Способность и готовность к осуществлению комплекса мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья детей и включающих в себя формирование здорового образа жизни, предупреждение возникновения и (или) распространения заболеваний, их раннюю диагностику, выявление причин и условий их возникновения и развития, а также направленных на устранение вредного влияния на здоровье детей факторов среды их обитания</p>	<p>Знает и понимает:</p> <p>способы оценки морфофункциональных, физиологических состояний и патологических процессов в организме человека для решения профессиональных задач</p>
		<p>Умеет (способен продемонстрировать):</p> <p>грамотно оценить морфофункциональные, физиологические состояния и патологические процессы в организме человека для решения профессиональных задач</p>
		<p>Владеет:</p> <p>навыками оценки морфофункциональных, физиологических состояний и патологических процессов в организме человека для решения профессиональных задач</p>
<p>- А Оказание медицинской помощи детям в амбулаторных условиях, не предусматривающих круглосуточного медицинского наблюдения и лечения, в том числе на дому при вызове медицинского работника</p> <p>- А/05.7 Организация деятельности медицинского персонала и ведение медицинской документации</p>	<p>ПК-4 Способность и готовность к применению социально-гигиенических методик сбора и медико-статистического анализа информации о показателях здоровья детей</p>	<p>Знает и понимает:</p> <p>основные подходы к проведению экспертизы временной нетрудоспособности, медико-социальной экспертизы, критерии биологической смерти человека.</p>
		<p>Умеет (способен продемонстрировать):</p> <p>проводить экспертизу временной нетрудоспособности, участвовать в проведении медико-социальной экспертизы, констатировать биологическую смерть человека</p>
		<p>Владеет:</p> <p>навыками проведения экспертизы временной нетрудоспособности, медико-социальной экспертизы.</p>
<p>- А Оказание медицинской помощи детям в амбулаторных условиях, не предусматривающих круглосуточного медицинского наблюдения и лечения, в том числе на дому при вызове медицинского работника</p> <p>- А/04.7 Проведение</p>	<p>ПК-15 Готовность к обучению детей и их родителей (законных представителей) основным гигиеническим мероприятиям оздоровительного характера, навыкам самоконтроля основных физиологических показателей</p>	<p>Знает и понимает:</p> <p>правила и нормы проведения гигиенических мероприятий оздоровительного характера, формы и методы санитарно-просветительской работы.</p>
		<p>Умеет (способен продемонстрировать):</p> <p>рекомендовать оздоровительные мероприятия (питание, режим дня, двигательная активность); обучать пациентов и население навыкам здорового образа жизни.</p>
		<p>Владеет:</p>

показателем, способствующим сохранению и укреплению здоровья, профилактике заболеваний	методиками оценки уровня соматического и психического здоровья, посредством статистических методов может предсказать риск развития того или иного заболевания, имеет навыки общения с пациентами, в целях мотивации их к здоровому образу жизни
профилактических мероприятий, в том числе санитарно-просветительной работы, среди детей и их родителей	
- А Оказание медицинской помощи детям в амбулаторных условиях, не предусматривающих круглосуточного медицинского наблюдения и лечения, в том числе на дому при вызове медицинского работника - А/04.7 Проведение профилактических мероприятий, в том числе санитарно-просветительной работы, среди детей и их родителей	<p>ПК-16 Готовность к просветительской деятельности по устранению факторов риска и формированию навыков здорового образа жизни</p> <p>Знает и понимает:</p> <p>принципы взаимоотношения врача и пациента, основные компоненты здорового образа жизни, методы его формирования; формы и методы санитарно-просветительной работы, факторы саногенеза.</p> <p>Умеет (способен продемонстрировать):</p> <p>проводить санитарно-просветительную работу по формированию элементов здорового образа жизни, критически оценивать образ жизни человека и давать рекомендации по его коррекции.</p> <p>Владеет:</p> <p>навыками мотивации людей, а также профилактической работы у разных групп населения, в частности у групп повышенного риска.</p>

1.4 Согласование междисциплинарных связей дисциплин, обеспечивающих освоение компетенций:

ПК-1 Способность и готовность к осуществлению комплекса мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья детей и включающих в себя формирование здорового образа жизни, предупреждение возникновения и (или) распространения заболеваний, их раннюю диагностику, выявление причин и условий их возникновения и развития, а также направленных на устранение вредного влияния на здоровье детей факторов среды их обитания

№ п/п	Наименование дисциплин, определяющих междисциплинарные связи	Форма обучения							
		Очная (семестр)							
		3	4	5	6	8	9	10	
1	Гигиена		+	+					
2	Клиническая практика					+		+	
3	Медицинская антропология	+							
4	Медицинская реабилитация						+		
5	Нормальная физиология	+	+						
6	Основы формирования здоровья детей				+				
7	Функциональная диагностика	+							
8	Эпидемиология						+		

ПК-4 Способность и готовность к применению социально-гигиенических методик сбора и медико-статистического анализа информации о показателях здоровья детей

№	Наименование	Форма обучения
— / —	— / —	— / —

п/п	дисциплин, определяющих междисциплинарные связи	Очная (семестр)					
		3	4	5	6	8	10
1	Гигиена		+	+			
2	Клиническая практика					+	+
3	Медицинская антропология	+					
4	Основы формирования здоровья детей				+		

ПК-15 Готовность к обучению детей и их родителей (законных представителей) основным гигиеническим мероприятиям оздоровительного характера, навыкам самоконтроля основных физиологических показателей, способствующим сохранению и укреплению здоровья, профилактике заболеваний

№ п/п	Наименование дисциплин, определяющих междисциплинарные связи	Форма обучения				
		Очная (семестр)				
		2	3	4	5	6
1	Гигиена			+	+	
2	Основы формирования здоровья детей					+
3	Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности	+		+		+
4	Психология и педагогика	+	+			
5	Функциональная диагностика		+			

ПК-16 Готовность к просветительской деятельности по устранению факторов риска и формированию навыков здорового образа жизни

№ п/п	Наименование дисциплин, определяющих междисциплинарные связи	Форма обучения					
		Очная (семестр)					
		1	2	3	4	6	12
1	Биология	+	+				
2	Медицинская антропология			+			
3	Основы формирования здоровья детей					+	

4	Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности		+		+	+	
5	Психология детского возраста						+
6	Психология и педагогика		+	+			

2. Место дисциплины в структуре ОП специалитета:

Дисциплина «Адаптационная дисциплина для инвалидов и лиц с ОВЗ "Санология"» относится к вариативной части учебного плана ОП по направлению подготовки 31.05.02 - Педиатрия.

Дисциплина «Адаптационная дисциплина для инвалидов и лиц с ОВЗ "Санология"» изучается в 2 семестре.

3.Объем и содержание дисциплины

3.1.Объем дисциплины: 3 з.е.

Очная: 3 з.е.

Вид учебной работы	Очная (всего часов)
Общая трудоёмкость дисциплины	108
Контактная работа	54
Лекции (Лекции)	18
Практические (Практ. раб.)	36
Самостоятельная работа (СР)	54
Зачет	-

3.2.Содержание курса:

№ темы	Название раздела/темы	Вид учебной работы, час.			Формы текущего контроля
		Лек ции	Пра кт. раб.	СР	
		О	О	О	
2 семестр					
1	Тема 1. Определение понятия «здоровье». Факторы риска здоровья.	2	2	4	устный; тестирование
2	Тема 2. Образ жизни – ведущий фактор формирования и сохранения здоровья.	2	2	4	устный; тестирование

3	Тема 3. Стресс как механизм адаптации и причина заболеваний.	2	2	4	устный; тестирование
4	Тема 4. Саногенез как механизм оздоровления	2	2	4	устный; тестирование
5	Тема 5. Профилактика заболеваний: виды, способы. Традиционные и современные технологии и подходы.	2	2	4	устный; тестирование
6	Тема 6. Модифицируемые факторы риска	2	2	4	устный; тестирование
7	Тема 7. Рациональное и нерациональное питание – как фактор образа жизни	2	2	4	устный; тестирование
8	Тема 8. Основы психологии здоровья	2	2	4	устный; тестирование
9	Тема 9. Философия здоровья	2	2	4	устный; тестирование; представление презентации

Тема 1. Тема 1. Определение понятия «здоровье». Факторы риска здоровья.

Лекция.

Вводная лекция. Предмет и содержание санологии. Связь санологии с другими науками. История становления и развития санологии. Основоположник отечественной санологической науки (Ю.П. Лисицин). Основоположники отечественной медицины: М.Я. Мудров, Н.И. Пирогов, С.П. Боткин, А.А. Остроумов – активные сторонники профилактического направления в медицине. Вклад ученых и организаторов здравоохранения в становление и развитие профилактической медицины и санитарного дела в России (Н.А. Семашко, З.П. Соловьев, Г.В. Хлопин, А.Н. Сысин, Ф.Г. Кротков, А.А. Минх и др.). Проблемы санологии в условиях научно-технического прогресса. Основные научно-исследовательские учреждения, их роль в развитии санологии и в международном сотрудничестве в этой области. Группы факторов положительно влияющих на здоровье человека: Группы факторов риска для здоровья. Первичные и вторичные факторы риска. Группы риска: демографические, девиантные поведенческие, социально и экономически неустроенные. Классификация причин и механизмов развития факторов риска заболеваний (по Ю.П. Лисицину): биологические, энергизаторские, кибернизаторские, социо- и психологизаторские. Формирование концепции болезни в 21 веке – нозологическое и синдромологическое направления. Концепция факторов риска. Формула факторов здоровья. Критерии образа жизни и их значение по отношению к здоровью взрослого населения. Определение нетрудоспособности (метод DALY). Смертность в России.

Практическое занятие.

Практическое занятие.

Темы для опроса и последующей дискуссии:

1. Социальные, медицинские и психологические аспекты науки
2. Слово о здоровье
3. Факторы, влияющие на здоровье
4. Статистика здоровья, заболеваемости, долголетия и смертности
5. Определение здоровья
6. Оценка состояния здоровья

Задания для самостоятельной работы.

Задания для самостоятельной работы

1. Изучите конспект лекции.
2. Ответьте на вопросы:
 - Здоровый образ жизни. Общая характеристика, его компоненты
 - Индивидуальные предпосылки к оценке уровня здоровья человека (генотипические особенности, половые аспекты, возрастные аспекты)
 - Критерии определения здоровья у студентов

Тема 2. Тема 2. Образ жизни – ведущий фактор формирования и сохранения здоровья.

Лекция.

Классическая лекция. Образ жизни – как вид жизнедеятельности людей. Материальные и духовные сферы жизни. Структура образа жизни. Главенствующая роль факторов образа жизни. Влияние внешнесредовых и наследственных факторов на здоровье населения. Понятие «здоровый образ жизни» (ЗОЖ). Здоровый образ жизни как основа са-нологии. Уровни здоровья и его показатели. Индексы и характеристики, обуславливающие состояние здоровья. Требования ЗОЖ. Концепция ЗОЖ. Этапы формирования здоровья (по Ю.П. Лисицину) Эволюция показателей здоровья и воспроизводства в России в XX – XXI вв. Принципы здорового образа жизни лиц различного возраста. Режим труда и отдыха. Гиподинамия, ее последствия и профилактика. Роль физической культуры в мобилизации адаптивных возможностей человеческого организма в условиях современных урбо- и агроценозов, в экстремальных ситуациях. Активный и пассивный отдых. Личная гигиена как часть общественной гигиены. Гигиена тела и кожи. функциональное значение кожи, пути ее загрязнения. Профилактика гнойничковых заболеваний, потливости, потертостей, опрелостей, эпидермофитии. Уход за зубами и полостью рта. Средства по уходу за полостью рта. Закаливание организма. Понятие, значение, основные принципы (постепенность, систематичность, комплексность, учет состояния здоровья). Средства и способы закаливания. Методика закаливания воздухом, солнцем, водой.

Практическое занятие.

Практическое занятие.

Темы для опроса и последующей дискуссии:

1. Законодательные акты по оздоровлению нации
2. Понятия «болезнь», «заболеваемость», «инвалидность»
3. Медицинские термины
4. Статистика не в пользу здоровья
5. Синтаксические и кататоксические ответы организма на стрессор.

Задания для самостоятельной работы.

Задания для самостоятельной работы

1. Изучите конспект лекции.
2. Ответьте на вопросы:

Особенности физического и нефизического, в том числе умственного, труда.

 - Утомление. Причины и механизмы развития.
 - Профилактика утомления, его особенности для лиц умственного труда.

- Принципы рациональной организации отдыха

Тема 3. Тема 3. Стресс как механизм адаптации и причина заболеваний.

Лекция.

Лекция-визуализация. Что такое стресс и дистресс. Чем не является стресс. Развитие концепции стресса. Общий адаптационный синдром (ОАС). Фазы общего адаптационного синдрома. Различные факторы (стрессоры) приводящие к одному результату. Одинаковые реакции, приводящие к различным поражениям. Синтоксические и кататоксические ответы организма на стресс. Способы улучшения природных защитных механизмов. Регулирование телесного защитного термостата. Относительность специфичности в процессе болезни и лечения. Развитие альтруистического эгоизма. Оптимальный уровень стресса. Стресс и старение.

Практическое занятие.

Практическое занятие.

Темы для опроса и последующей дискуссии:

1. Общий адаптационный синдром (ОАС).
2. Фазы ОАС
3. Понятие о стрессоре.
4. Зависимость уровня стресса от силы и длительности воздействия стрессора.
5. Понятие о дистрессе.

Задания для самостоятельной работы.

Задания для самостоятельной работы

1. Изучите конспект лекции.
2. Ответьте на вопросы:

Классическая концепция стресса Г. Селье и её развитие.

- Физиологические проявления стресса.
- Стадии и механизмы адаптации организма к действию экстремальных факторов.
- Нервно-рефлекторные и гуморальные механизмы развития стресс-реакции
- Роль гипоталамуса в формировании психоэмоционального напряжения, стресс-реакции.
- Гипоталамо-гипофизарно-надпочечниковая система
- Формы проявления стресса: поведенческие, интеллектуальные, физиологические, эмоциональные.

Тема 4. Тема 4. Саногенез как механизм оздоровления

Лекция.

Лекция-визуализация. Механизмы формирования и сохранения здоровья, функциональные резервы организма, механизмы гомеостаза, обеспечение устойчивости и надежности состояния здоровья. Генетически детерминированная система любого живого организма (человек, животное, растение), обеспечивающая его жизнеспособность в физическом мире. Практическое значение саногенеза. Защитные (саногенетические) проявления со стороны организма (например, повышение температуры при простуде, диарею при пищевом отравлении). Отличие защитную реакцию от симптомов болезни. Проявления саногенеза в системах гомеостаза и на различных уровнях. Первичные и вторичные механизмы саногенеза. Долговременная адаптация. Выделение четырех основных механизмов: 1) гормональную активацию генетического аппарата клетки и синтеза нуклеиновых кислот; 2) стресс-реакцию с увеличением в цитоплазме клетки кальция как универсального фактора мобилизации клеточных функций; 3) мобилизацию стресс-гормонов, катехоламинов, вазопрессинов и др., создающих непосредственное и опосредованное влияние на активность липаз, фосфолипаз, интенсивность процессов перекисного окисления липидов (ПОЛ); 4) концентрация глюкозы, аминокислот, жирных кислот с обеспечением ресурсов увеличения дыхания и кровообращения, механизмы саногенеза на клеточно-молекулярном уровне. Механизмы совершенствования саногенеза путем целенаправленной их тренировки (например, механизм терморегуляции, неспецифическая резистентность и др.), путем применения некоторых методик традиционной медицины (методы закаливания, русская парная баня и др.).

Практическое занятие.

Практическое занятие.

Темы для опроса и последующей дискуссии:

1. Две сферы образа жизни
2. Медицинская активность
3. Содержание факторов ЗОЖ
4. Гигиена сна
5. Гигиенические основы и разновидности питания
6. Модные системы питания

Задания для самостоятельной работы.

Задания для самостоятельной работы

1. Изучите конспект лекции.
2. Ответьте на вопросы:

Понятие об эмоциональном стрессе и его роли в жизни человека. Его особенности у медицинских работников.

- Гуморальные регуляторы стресса. Роль опиоидной и серотонинэргической систем.
- Общие подходы к нейтрализации стресса.
- Принципы психологической защиты личности.
- Поведенческая коррекция стрессов

Тема 5. Тема 5. Профилактика заболеваний: виды, способы. Традиционные и современные технологии и подходы.

Лекция.

Лекция-визуализация. Значение профилактических мероприятий в деятельности лечащего врача. Понятие о первичной и вторичной профилактике заболеваний. Связь и взаимодействие профилактической и лечебной медицины. Методы исследований, санитарно-статистического и эпидемиологического анализа состояния окружающей среды и здоровья населения.

Практическое занятие.

Практическое занятие.

Темы для опроса и последующей дискуссии:

1. Не медицинские факторы оптимизации здоровья.
2. Воздействие музыки на мозг человека
3. Воздействие ароматических веществ на мозг человека.

4. Транскраниальная электростимуляция.
5. Сферы применения БОС-технологий.
6. Влияние ЭЭГ-БОС-тренинга на внимание.

Задания для самостоятельной работы.

Задания для самостоятельной работы

1. Изучите конспект лекции.

2. Ответьте на вопросы:

Понятие о биоритмах.

- Понятие о биологических часах
- Виды биоритмов
- Десинхронозы - виды, причины возникновения, принципы профилактики организма человека.
- Индивидуальный год человека
- Режим дня как модель формирования здорового стиля поведения.
- Влияние стрессов на биоритмы человека

Тема 6. Тема 6. Модифицируемые факторы риска

Лекция.

Лекция-визуализация. Образ жизни, способствующий сохранению здоровья и работоспособности современного человека. Регулярная физическая активность (с рациональной организацией труда и отдыха), рациональное питание, воздержание от вредных привычек, своевременный врачебный контроль. Модифицируемые факторы риска (поведенческие и социальные): гиподинамия; нездоровое питание; наркомания; курение; алкоголизм; и отсутствие должного медицинского контроля.

Практическое занятие.

Практическое занятие.

Темы для опроса и последующей дискуссии:

1. Модифицируемые факторы риска. Поведенческие, биологические и экологические.
2. Немодифицируемые факторы риска.
3. Популяционная, индивидуальная и стратегия высокого риска.
4. Медико-социальные проблемы
5. Стратегия жизни долгожителя
6. Психофизиологические аспекты
7. Сколько может прожить человек
8. А возможность искусственного омоложения?
9. Третий акт жизненного пути

Задания для самостоятельной работы.

Задания для самостоятельной работы

1. Изучите конспект лекции.

2. Ответьте на вопросы:

Особенности системы транспорта кислорода в женском организме.

- Особенности работоспособности женщин и мужчин.
- Устойчивость к стрессам и ее отличия у мужчин и женщин.

Тема 7. Тема 7. Рациональное и нерациональное питание – как фактор образа жизни

Лекция.

Лекция-визуализация. Значение питания для здоровья и физического развития населения. Биологические и экологические проблемы питания. Концепции и принципы рационального питания. Количественная и качественная полноценность питания, сбалансированность рациона. Характеристика физиологических норм питания. Анализ различных теорий питания (вегетарианство, сыроедение, раздельное питание и др.). Белки животного и растительного происхождения, их источники, гигиеническое значение. Простые и сложные углеводы, их источники, гигиеническое значение. Понятие о рафинированных продуктах и «защищенных» углеводах. Пищевые волокна, их роль в питании и пищеварении. Витамины, их источники, гигиеническое значение. Авитаминозы, гиповитаминозы, гипервитаминозы, их причины, клинические проявления, профилактика. Минеральные соли, их источники, гигиеническое значение. Макро- и микроэлементы. Кислотно-основное состояние организма. Значение цепей миграции токсических и радиоактивных веществ через продукты питания к человеку. Избыточное питание, его роль в формировании сердечнососудистой и другой патологии. Болезни, связанные с индивидуальными особенностями организма (ферментопатии, пищевые аллергии), их профилактика.

Практическое занятие.

Практическое занятие.

Темы для опроса и последующей дискуссии:

1. Принципы здорового питания
2. Классификация и виды диет
3. Диеты при различных заболеваниях
4. Питание как профилактика сердечно-сосудистых патологий

Задания для самостоятельной работы.

Задания для самостоятельной работы

1. Изучите конспект лекции.
2. Ответьте на вопросы:

Понятие о гиподинамии.

- Влияние гиподинамии на здоровье.
- Профилактика гиподинамии.
- Физкультура и спорт, их влияние на здоровье.
- Питание как фактор здоровья.

Основы здорового питания студентов

Тема 8. Тема 8. Основы психологии здоровья

Лекция.

Классическая лекция. Основные этапы становления психологии здоровья и ее предметная область. Понятие здоровья как системный феномен. Критерии разработанные в зарубежной и отечественной психологии здоровья проблемы: критерии психического и социального здоровья, вопросы психологического обеспечения профессионального здоровья и долголетия человека. Психозэмоциональный стресс как фактор неблагоприятного здоровья.

Практическое занятие.

Практическое занятие.

Темы для опроса и последующей дискуссии:

1. Мотивация для здорового образа жизни
2. Психология здорового поведения
3. Психологические аспекты зависимого поведения
4. Методы борьбы с зависимым поведением
5. Здоровье, как фактор, необходимый для духовно-нравственного развития человека.

Задания для самостоятельной работы.

Задания для самостоятельной работы

1. Изучите конспект лекции.

2. Ответьте на вопросы:

методики исследования различных функций здорового организма, используемые в практической медицине.

- современные представления о стрессе, дистрессе и эустрессе, антистрессорные системы организма.
- методы работы в группе специалистов различных направлений с целью решения проблем здоровьесбережения
- оценка индивидуального уровня стрессреактивности

Тема 9. Тема 9. Философия здоровья

Лекция.

Классическая лекция. Материальные и духовные сферы жизни. Структура образа жизни. Главенствующая роль факторов образа жизни. Влияние внешнесредовых и наследственных факторов на здоровье населения. Точки зрения различных философов и теорий на проблему сохранения здоровья. Здоровое долгожительство. Философские взгляды на долгожительство, старение и здоровье у разных народов и национальностей

Практическое занятие.

Практическое занятие.

Темы для опроса и последующей дискуссии:

1. Духовно-нравственное воспитание как основа здоровой нации
2. Взгляды на здоровье в философских учениях
3. Философия здорового долгожительства
4. Взаимосвязь духовных и материальных сфер жизни
5. Комплексный взгляд на проблему здоровья

Задания для самостоятельной работы.

Задания для самостоятельной работы

1. Изучите конспект лекции.
2. Подготовьте концепцию стратегии методов и средств формирования ЗОЖ с учётом возраста, пола, образования, профессии, индивидуальных особенностей человека. Подготовьте программу здорового образа жизни для детей, работающего населения, пожилых людей

4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства

4.1. Распределение баллов:

Балльно-рейтинговые мероприятия не предусмотрены

4.2 Типовые оценочные средства текущего контроля

Материалы текущего контроля успеваемости предоставляются в формах, адаптированных к конкретным ограничениям здоровья и восприятия информации обучающихся:

- для лиц с нарушениями зрения: в печатной форме увеличенным шрифтом, в форме электронного документа, в форме аудиофайла, в печатной форме на языке Брайля;
- для лиц с нарушениями слуха: в печатной форме, в форме электронного документа;
- для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в печатной форме, в форме электронного документа, в форме аудиофайла.

При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. Эти средства могут быть предоставлены вузом или могут использоваться собственные технические средства.

При необходимости инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на выполнение заданий.

представление презентации

Тема 9. Тема 9. Философия здоровья

Типовые темы презентаций

- 1 1. Движения и здоровье.
- 2 2. Факторы риска для здоровья студенческой молодежи
- 3 3. Количественная оценка здоровья.
- 4 4. Плюсы и минусы стрессов.
- 5 5. Негенитальные особенности женского организма.

тестирование

Тема 9. Тема 9. Философия здоровья

Типовые задания тестирования

1. По определению ВОЗ здоровье - это
 - 1) состояние оптимального функционирования организма, позволяющее ему ни и лучшим образом выполнять свои видоспецифические социальные функции
 - 2) состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов**
 - 3) состояние организма, при котором он функционирует оптимально без признаков заболевания или какого-либо нарушения
2. Санология - ЭТО
 - 1) наука о здоровье здоровых**
 - 2) наука о здоровье больных
 - 3) наука о здоровье группы риска
3. Вакцинация – это профилактика
 - 1) Первичная
 - 2) Вторичная
 - 3) Третичная
4. Положительный стресс – это
 - 1) Длительный, эустресс
 - 2) Кратковременный, эустресс
 - 3) Длительный, дистресс
5. Основным фактором, влияющим на состояние здоровья является (согласно ВОЗ)
 - 1) Качество медицинской помощи
 - 2) Социальные факторы
 - 3) Образ жизни**

устный

Тема 9. Тема 9. Философия здоровья

Типовые вопросы устного опроса

- 1 1. Основные параметры образа жизни.
- 2 2. Первичные и вторичные факторы риска здоровья.
- 3 3. Структура здоровья (по Ю.П. Лисицину)
- 4 4. Роль климатических влияний на формирование здоровья населения.
- 5 5. Ультрафиолетовое облучение и его роль в формировании здоровья человека.

4.3 Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета

При необходимости предусматривается увеличение времени на подготовку к зачету, а также предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на зачете. Процедура проведения промежуточной аттестации для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и обучающихся инвалидов устанавливается с учётом индивидуальных психофизических особенностей. Промежуточная аттестация может проводиться в несколько этапов.

Типовые вопросы зачета (ПК-1, ПК-4, ПК-15, ПК-16)

Типовые вопросы зачета

- 1 1. Санология как наука.
- 2 2. Факторы, формирующие состояние здоровья.
- 3 3. Факторы риска индивидуального и популяционного здоровья.
- 4 4. Саногенез как основа защитной системы организма.
- 5 5. Общий адаптационный синдром (ОАС).

Типовые задания для зачета (ПК-1, ПК-4, ПК-15, ПК-16)

4.4. Шкала оценивания промежуточной аттестации

При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. Эти средства могут быть предоставлены или могут использоваться собственные технические средства.

При необходимости инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на выполнение заданий.

Инструкция по порядку проведения процедуры оценивания предоставляется в доступной форме (устно, в письменной форме, в письменной форме на языке Брайля, устно с использованием услуг сурдопереводчика).

Доступная форма предоставления заданий оценочных средств (в печатной форме, в печатной форме увеличенным шрифтом, в печатной форме шрифтом Брайля, в форме электронного документа, задания зачитываются ассистентом, задания предоставляются с использованием сурдоперевода).

Доступная форма предоставления ответов на задания (письменно на бумаге, набор ответов на компьютере, письменно на языке Брайля, с использованием услуг ассистента, устно).

При необходимости для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов процедура оценивания результатов обучения по дисциплине может проводиться в несколько этапов.

Проведение процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

Оценка	Компетенции	Дескрипторы (уровни) – основные признаки освоения (показатели достижения результата)
	ПК-1	Знает способы оценки морфофункциональных, физиологических состояний и патологических процессов в организме человека для решения профессиональных задач. Умеет грамотно оценить морфофункциональные, физиологические состояния и патологические процессы в организме человека для решения профессиональных задач, владеет практическими навыками их оценки. Владеет терминологией по предмету.

«зачтено»	ПК-4	Знает основные подходы к проведению экспертизы временной нетрудоспособности, медико-социальной экспертизы, критерии биологической смерти человека.¶Владеет навыками проведения экспертизы временной нетрудоспособности, медико-социальной экспертизы. Может констатировать биологическую смерть человека.¶
	ПК-15	Знает и понимает правила и нормы проведения гигиенических мероприятий оздоровительного характера, формы и методы санитарно-просветительской работы.¶Способен рекомендовать оздоровительные мероприятия (питание, режим дня, двигательная активность); обучать пациентов и население навыкам здорового образа жизни. Владеет методиками оценки уровня соматического и психического здоровья, посредством статистических методов может предсказать риск развития того или иного заболевания, имеет навыки общения с пациентами, в целях мотивации их к здоровому образу жизни. ¶Вопросы преподавателя не вызывают существенных затруднений.¶
	ПК-16	Знает принципы взаимоотношения врача и пациента, основные компоненты здорового образа жизни, методы его формирования; формы и методы санитарно-просветительной работы, факторы саногенеза.¶Умеет проводить санитарно-просветительную работу по формированию элементов здорового образа жизни, критически оценивать образ жизни человека и давать рекомендации по его коррекции. Владеет навыками мотивации людей, а также профилактической работы у разных групп населения, в частности у групп повышенного риска.¶
«не зачтено»	ПК-1	Не знает способы оценки морфофункциональных, физиологических состояний и патологических процессов в организме человека для решения профессиональных задач.¶Не умеет оценить морфофункциональные, физиологические состояния и патологические процессы в организме человека для решения профессиональных задач, владеет практическими навыками их оценки.¶
	ПК-4	Не знает основные подходы к проведению экспертизы временной нетрудоспособности, медико-социальной экспертизы, критерии биологической смерти человека.¶Не владеет навыками проведения экспертизы временной нетрудоспособности, медико-социальной экспертизы. Не может констатировать биологическую смерть человека.¶
	ПК-15	Не знает правила и нормы проведения гигиенических мероприятий оздоровительного характера, формы и методы санитарно-просветительской работы.¶Не способен рекомендовать оздоровительные мероприятия (питание, режим дня, двигательная активность); обучать пациентов и население навыкам здорового образа жизни. Не владеет методиками оценки уровня соматического и психического здоровья, не может предсказать риск развития того или иного заболевания.¶Навыки общения с пациентами, в целях мотивации их к здоровому образу жизни, не развиты. ¶Не способен ответить на дополнительные вопросы.¶

	ПК-16	Не знает принципы взаимоотношения врача и пациента, основные компоненты здорового образа жизни, методы его формирования; формы и методы санитарно-просветительной работы, факторы саногенеза.¶Не умеет проводить санитарно-просветительную работу по формированию элементов здорового образа жизни, критически оценивать образ жизни человека и давать рекомендации по его коррекции. Не владеет навыками мотивации людей, а также профилактической работы у разных групп населения, в частности у групп повышенного риска.¶
--	-------	--

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

5.1 Методические указания по организации самостоятельной работы обучающихся:

Приступая к изучению дисциплины, в первую очередь обучающимся необходимо ознакомиться содержанием рабочей программы дисциплины (РПД), которая определяет содержание, объем, а также порядок изучения и преподавания учебной дисциплины, ее раздела, части.

Для самостоятельной работы важное значение имеют разделы «Объем и содержание дисциплины», «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» и «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы».

В разделе «Объем и содержание дисциплины» указываются все разделы и темы изучаемой дисциплины, а также виды занятий и планируемый объем в академических часах.

В разделе «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» указана рекомендуемая основная и дополнительная литература.

В разделе «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы» содержится перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для освоения дисциплины.

5.2 Рекомендации обучающимся по работе с теоретическими материалами по дисциплине

При изучении и проработке теоретического материала необходимо:

- просмотреть еще раз презентацию лекции в системе MOODLe, повторить законспектированный на лекционном занятии материал и дополнить его с учетом рекомендованной дополнительной литературы;
- при самостоятельном изучении теоретической темы сделать конспект, используя рекомендованные в РПД источники, профессиональные базы данных и информационные справочные системы;
- ответить на вопросы для самостоятельной работы, по теме представленные в пункте 3.2 РПД.
- при подготовке к текущему контролю использовать материалы фонда оценочных средств (ФОС).

5.3 Рекомендации по работе с научной и учебной литературой

Работа с основной и дополнительной литературой является главной формой самостоятельной работы и необходима при подготовке к устному опросу на семинарских занятиях, к дебатам, тестированию, экзамену. Она включает проработку лекционного материала и рекомендованных источников и литературы по тематике лекций.

Конспект лекции должен содержать реферативную запись основных вопросов лекции, в том числе с опорой на размещенные в системе MOODLe презентации, основных источников и литературы по темам, выводы по каждому вопросу. Конспект может быть выполнен в рамках распечатки выдачи презентаций лекций или в отдельной тетради по предмету. Он должен быть аккуратным, хорошо читаемым, не содержать не относящуюся к теме информацию или рисунки.

Конспекты научной литературы при самостоятельной подготовке к занятиям должны содержать ответы на каждый поставленный в теме вопрос, иметь ссылку на источник информации с обязательным указанием автора, названия и года издания используемой научной литературы. Конспект может быть опорным (содержать лишь основные ключевые позиции), но при этом позволяющим дать полный ответ по вопросу, может быть подробным. Объем конспекта определяется самим студентом.

В процессе работы с основной и дополнительной литературой студент может:

- делать записи по ходу чтения в виде простого или развернутого плана (создавать перечень основных вопросов, рассмотренных в источнике);
- составлять тезисы (цитирование наиболее важных мест статьи или монографии, короткое изложение основных мыслей автора);
- готовить аннотации (краткое обобщение основных вопросов работы);
- создавать конспекты (развернутые тезисы).

5.4. Рекомендации по подготовке к отдельным заданиям текущего контроля

Собеседование предполагает организацию беседы преподавателя со студентами по вопросам практического занятия с целью более обстоятельного выявления их знаний по определенному разделу, теме, проблеме и т.п. Все члены группы могут участвовать в обсуждении, добавлять информацию, дискутировать, задавать вопросы и т.д.

Устный опрос может применяться в различных формах: фронтальный, индивидуальный, комбинированный. Основные качества устного ответа подлежащего оценке:

- правильность ответа по содержанию;
- полнота и глубина ответа;
- сознательность ответа;
- логика изложения материала;
- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи;
- своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе;
- использование дополнительного материала;
- рациональность использования времени, отведенного на задание.

Устный опрос может сопровождаться презентацией, которая подготавливается по одному из вопросов практического занятия. При выступлении с презентацией необходимо обращать внимание на такие моменты как:

- содержание презентации: актуальность темы, полнота ее раскрытия, смысловое содержание, соответствие заявленной темы содержанию, соответствие методическим требованиям (цели, ссылки на ресурсы, соответствие содержания и литературы), практическая направленность, соответствие содержания заявленной форме, адекватность использования технических средств учебным задачам, последовательность и логичность презентуемого материала;
- оформление презентации: объем (оптимальное количество), дизайн (читаемость, наличие и соответствие графики и анимации, звуковое оформление, структурирование информации, соответствие заявленным требованиям), оригинальность оформления, эстетика, использование возможности программной среды, соответствие стандартам оформления;
- личностные качества: ораторские способности, соблюдение регламента, эмоциональность, умение ответить на вопросы, систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы;
- содержание выступления: логичность изложения материала, раскрытие темы, доступность изложения, эффективность применения средств ИКТ, способы и условия достижения результативности и эффективности для выполнения задач своей профессиональной или учебной деятельности, доказательность принимаемых решений, умение аргументировать свои заключения, выводы.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1 Основная литература:

1. Чернышев А. В., Масликов А. Т., Бочаров А. С., Шутова С. В., Золотухина А. Ю., Козачук И. В., Кириллова И. А. Санология : учеб. пособие. - Тамбов: [Издат. дом ТГУ им. Г.Р. Державина], 2015. - 195 с.

6.2 Иные источники:

1. Университетская библиотека онлайн: электронно-библиотечная система - <http://www.biblioclub.ru>

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Для проведения занятий по дисциплине необходимо следующее материально-техническое обеспечение: учебные аудитории для проведения занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, помещения для самостоятельной работы.

Учебные аудитории и помещения для самостоятельной работы укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Помещения для самостоятельной работы укомплектованы компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования, обеспечивающие тематические иллюстрации (проектор, ноутбук, экран/ интерактивная доска).

Аудитории для всех видов контактной и самостоятельной работы, научная библиотека и иные помещения для обучения оснащены специальным оборудованием и учебными местами с техническими средствами обучения для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и обучающихся инвалидов с разными видами ограничений здоровья:

- с нарушениями зрения:

- электронный ручной видеоувелечитель Maggie MD;

- дисплей Брайля Braille Star 40 Bluetooth (ПО транслятор текста Брайля и специализированное ПО экранного доступа);

- система распознавания текста OpenBook Pluss с настольным сканнером.

- с нарушениями слуха:

- система информационная для слабослышащих портативная Исток А2;

- динамический FM-передатчик Inspiro с микрофоном iBoom фирмы Phonak;

- приемник для образования слухового аппарата;

- наушники с технологией костной проводимости для глухих и слабослышащих AfterShokz Sportz M3;

- система Comfort Contego;

- акустическая система Front Row to Go (в комплекте 2 микрофона, сетевые кабели, комплект креплений).

- с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- регулируемые по высоте столы с электроприводом;

- подъемник лестничный гусеничный;

- система автоматического открывания дверей;

- специально оборудованная санитарная комната для лиц с ОВЗ.

Лицензионное программное обеспечение:

Microsoft Office Профессиональный плюс 2007

7-Zip 9.20

Adobe Reader XI (11.0.08) - Russian Adobe Systems Incorporated 10.11.2014 187,00 MB 11.0.08

Операционная система Microsoft Windows 10

Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Russian Edition. 1500-2499 Node 1 year Educational Renewal Licence

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Консультант студента. Гуманитарные науки: электронно-библиотечная система. – URL: <http://www.studentlibrary.ru>

2. Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru. – URL: <https://elibrary.ru>
3. Российская государственная библиотека. – URL: <https://www.rsl.ru>
4. Российская национальная библиотека. – URL: <http://nlr.ru>
5. Научная электронная библиотека Российской академии естествознания. – URL: <https://www.monographies.ru>

Доступ к информационным и библиографическим ресурсам в сети Интернет для каждого обучающегося инвалида или обучающегося с ограниченными возможностями здоровья обеспечен предоставлением ему не менее чем одного учебного, методического печатного и/или электронного издания по практике (включая электронные базы периодических изданий), в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для обучающихся с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла;
- в печатной форме шрифтом Брайля.

Для обучающихся с нарушениями слуха:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Обучающиеся обеспечиваются следующим комплектом лицензионного программного обеспечения, адаптированного для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и обучающихся инвалидов:

- MAGiC (программа для экранного чтения и увеличения);
- JAWSforWindows (программа для чтения с экрана компьютера);
- встроенные программы операционных систем.

Электронная информационно-образовательная среда

https://auth.tsutmb.ru/authorize?response_type=code&client_id=moodle&state=xyz

Взаимодействие преподавателя и студента в процессе обучения осуществляется посредством мультимедийных, гипертекстовых, сетевых, телекоммуникационных технологий, используемых в электронной информационно-образовательной среде университета.