

*Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования «Российский университет дружбы народов»*

Медицинский институт

Рекомендовано МССН

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование дисциплины «Школы здоровья»

Рекомендуется для направления подготовки/специальности

34.03.01 «Сестринское дело»

Направленность программы (профиль)

Бакалавр

1. Цели и задачи дисциплины: проведение профилактических мероприятий при осуществлении сестринского ухода; обучение населения принципам здорового образа жизни; проведение и осуществление оздоровительных и профилактических мероприятий; способностью и готовность к формированию мотивированного отношения каждого человека к сохранению и укреплению своего здоровья и здоровья окружающих; готовностью к обучению пациентов и их родственников основным гигиеническим мероприятиям оздоровительного характера, навыкам самоконтроля основных физиологических показателей, способствующих сохранению и укреплению здоровья, профилактике заболеваний.

2. Место дисциплины в структуре ФГОС ВО:

Дисциплина «Школы здоровья» относится к вариативной части блока (блок 1,) учебного плана.

В таблице № 1 приведены предшествующие и последующие дисциплины, направленные на формирование компетенций дисциплины в соответствии с матрицей компетенций ФГОС ВО.

Таблица № 1

Предшествующие и последующие дисциплины, направленные на формирование компетенций

№ п/п	Шифр и наименование компетенции	Предшествующие дисциплины	Последующие дисциплины (группы дисциплин)
Универсальные компетенции			
1.	УК-2 - Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.	История Правоведение Иностранный язык Латинский язык Информатика	Правовые основы охраны здоровья Педагогика с методикой преподавания
Общепрофессиональные компетенции			
1.	ОПК-1 - Способен реализовывать правовые нормы, этические и деонтологические принципы в профессиональной деятельности;	Биология с основами медицинской генетики Анатомия человека Нормальная физиология Безопасность жизнедеятельности	Правовые основы охраны здоровья Делопроизводство Стандартизация в здравоохранении
2.	ОПК-4 - Способен применять медицинские технологии, медицинские изделия, лекарственные препараты, дезинфекционные средства и их комбинации при решении профессиональных задач;		
3.	ОПК-5 - Способен оценивать морфофункциональные, физиологические и патологические состояния и процессы в организме человека на		

4.	индивидуальном, групповом и популяционном уровнях для решения профессиональных задач; ОПК-8 - Способен определять приоритетные проблемы и риски здоровью пациента (населения), разрабатывать и проводить профилактические мероприятия с целью повышения уровня здоровья и предотвращения заболеваний пациента (населения);		
5.	ОПК-9 - Способен распространять знания о здоровом образе жизни, направленные на повышение санитарной культуры и профилактику заболеваний пациентов (населения).		
Профессиональные компетенции (вид профессиональной деятельности сестринское дело)			
1.	ПК-3 - Способность и готовность к консультированию пациентов и членов их семей по вопросам профилактики заболеваний и их обострений и осложнений, травматизма, организации рационального питания, обеспечения безопасной среды, физической нагрузки	Основы сестринского дела. Теория сестринского дела Общая патология Гигиена и экология человека	Сестринское дело в гериатрии Поликлиническое сестринское дело
2.	ПК-6 - Способность и готовность к проведению профилактических и противоэпидемических мероприятий;		
3.	ПК-9 - Способность и готовность к формированию мотивированного отношения каждого человека к сохранению и укреплению своего здоровья и здоровья окружающих.		

3. Требования к результатам освоения дисциплины:

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций ФГОС 3++: УК-2; ОПК-1; ОПК-4; ОПК-5; ОПК-8; ОПК-9; ПК-3; ПК-6; ПК-9.

В результате изучения дисциплины студент должен:

В результате изучения дисциплины студент должен обладать следующими универсальными компетенциями (УК):

- Способностью определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.

В результате изучения дисциплины студент должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

- Способностью реализовывать правовые нормы, этические и деонтологические принципы в профессиональной деятельности;

- Способностью применять медицинские технологии, медицинские изделия, лекарственные препараты, дезинфекционные средства и их комбинации при решении профессиональных задач;

- Способностью оценивать морфофункциональные, физиологические и патологические состояния и процессы в организме человека на индивидуальном, групповом и популяционном уровнях для решения профессиональных задач;

- Способностью определять приоритетные проблемы и риски здоровью пациента (населения), разрабатывать и проводить профилактические мероприятия с целью повышения уровня здоровья и предотвращения заболеваний пациента (населения);

- Способностью распространять знания о здоровом образе жизни, направленные на повышение санитарной культуры и профилактики заболеваний пациентов (населения).

В результате изучения дисциплины студент должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК):

- Способностью и готовностью к консультированию пациентов и членов их семей по вопросам профилактики заболеваний и их обострений и осложнений, травматизма, организации рационального питания, обеспечения безопасной среды, физической нагрузки

- Способностью и готовностью к проведению профилактических и противоэпидемических мероприятий;

- Способностью и готовностью к формированию мотивированного отношения каждого человека к сохранению и укреплению своего здоровья и здоровья окружающих.

В результате изучения дисциплины студент должен:

Знать:

- периоды жизнедеятельности человека;

- анатомо-физиологические и психологические особенности человека в разные возрастные периоды;

- универсальные потребности человека в разные возрастные периоды;

- содержание понятий "здоровье", "качество жизни", "факторы риска болезни";

- основные факторы риска развития болезней в разные возрастные периоды;

- Роль факторов окружающей среды (природных и социальных) в формировании здоровья и патологии человека.

В результате изучения дисциплины студент должен:

Уметь:

- оценивать физическое и социально-психологическое состояние человека в разные возрастные периоды;

- консультировать пациента и семью по вопросам сохранения и укрепления здоровья в разные возрастные периоды;

- проводить гигиеническую диагностику: оценивать состояние окружающей среды по данным гигиенических исследований и гигиенических регламентов (нормативов);

- определять частоту, интенсивность и продолжительность воздействия факторов окружающей среды на отдельных лиц;

- оценивать состояние здоровья.

В результате изучения дисциплины студент должен:

Владеть:

- навыками ведения отчётной документации;
- анализировать работу школ здоровья;
- применять активные методы обучения в медицинской деятельности;
- создавать оптимальные условия учебного процесса с учетом физических, возрастных и личностных особенностей пациентов, способствующих сохранению и укреплению здорового образа жизни.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единиц.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры			
		5	6	7	8
Аудиторные занятия (всего)	45			45	
В том числе:	-	-	-	-	-
<i>Лекции</i>					
<i>Практические занятия (ПЗ)</i>					
<i>Семинары (С)</i>	45			45	
<i>Лабораторные работы (ЛР)</i>					
Самостоятельная работа (всего)	27			27	
Общая трудоемкость	час	108		108	
	зач. ед.	3		3	

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела (темы)
1.	Общее понятие о здоровье. Школа пациента. Направления школ пациента.	- Здоровье - понятие. Качество жизни. - Факторы, влияющие на здоровье. Факторы риска здоровью. Группы риска. - Образ жизни. Направления школ здоровья.
2.	Организация школ здоровья. Обучение пациента/родственников. Роль медицинских сестер в развитии и работе школ здоровья.	- Юридические аспекты организации и проведении школ здоровья. Перечень учетно-отчетной документации для Школ здоровья. - Цели, тематика и задачи обучения пациентов в школах здоровья. - Обязательное и дополнительное оборудование Школы. Роль медицинских сестер в развитии и работе школ здоровья.
3.	Организация школ здоровья по различным направлениям.	- Школы здоровья для больных с сахарным диабетом. - Школы здоровья для больных с нарушением кровообращения. - Школы здоровья для больных с ССС. - Школы здоровья для больных с бронхиальной астмой. - Школы здоровья с хроническими неинфекционными заболеваниями. - Школы здоровья с ишемической болезнью сердца. - Школы здоровья с сердечной недостаточностью. - Гастрошколы. - Школы здоровья для пациентов с заболеваниями почек.

4.	Профилактические школы здоровья.	- Школа психологической подготовки семьи к рождению ребенка. Школы здоровья для детского и взрослого населения. - Школы для желающих бросить курить Школа психологической поддержки для пожилых людей. Школы здоровья для лиц с факторами риска и пациентов.
----	----------------------------------	---

5.2. Разделы дисциплин и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекц.	Практ. зан.	Лаб. зан.	Семина	СРС	Всего час.
1.	Здоровье - понятие. Качество жизни. Факторы, влияющие на здоровье. Факторы риска здоровью. Группы риска.				6	4	10
2.	Образ жизни. Направления школ здоровья. Юридические аспекты организации и проведении школ здоровья. Перечень учетно-отчетной документации для Школ здоровья.				6	4	10
3.	Цели, тематика и задачи обучения пациентов в школах здоровья. Обязательное и дополнительное оборудование Школы. Роль медицинских сестер в развитии и работе школ здоровья.				6	4	10
4.	Школы здоровья для больных с сахарным диабетом. Школы здоровья для больных с нарушением кровообращения. Школы здоровья для больных с ССС. Школы здоровья с ишемической болезнью сердца.				7	4	11
5.	Школы здоровья для больных с бронхиальной астмой. Школы здоровья с хроническими неинфекционными заболеваниями. Школы здоровья с сердечной недостаточностью. Гастрошколы. Школы здоровья для пациентов с заболеваниями почек.				7	5	12
6.	Школа психологической подготовки семьи к рождению ребенка. Школы здоровья для детского и взрослого населения.				7	4	11
7.	Школы для желающих бросить курить Школа психологической поддержки для пожилых людей. Школы здоровья для лиц с факторами риска и пациентов.				6	4	10

6. Лабораторный практикум

№ п/п	№ раздела дисциплины	Наименование лабораторных работ	Трудо-емкость (час.)

7. Практические занятия (семинары) (при наличии)

№ п/п	№ раздела дисциплины	Тематика практических занятий (семинаров)	Трудо-емкость (час.)
1.	Общее понятие о здоровье. Школа пациента. Направления школ пациента.	- Здоровье - понятие. Качество жизни. - Факторы, влияющие на здоровье. Факторы риска здоровью. Группы риска. - Образ жизни. Направления школ здоровья.	3 3 4
2.	Организация школ здоровья. Обучение пациента/родственников. Роль медицинских сестер в развитии и работе школ здоровья.	- Юридические аспекты организации и проведении школ здоровья. Перечень учетно-отчетной документации для Школ здоровья. - Цели, тематика и задачи обучения пациентов в школах здоровья. - Обязательное и дополнительное оборудование Школы. Роль медицинских сестер в развитии и работе школ здоровья.	
	Организация школ здоровья по различным направлениям.	- Школы здоровья для больных с сахарным диабетом. - Школы здоровья для больных с нарушением кровообращения. - Школы здоровья для больных с ССС. - Школы здоровья для больных с бронхиальной астмой. - Школы здоровья с хроническими инфекционными заболеваниями. - Школы здоровья с ишемической болезнью сердца. - Школы здоровья с сердечной недостаточностью. - Гастрошколы. - Школы здоровья для пациентов с заболеваниями почек.	2
...	Профилактические школы здоровья.	- Школа психологической подготовки семьи к рождению ребенка. Школы здоровья для детского и взрослого населения. - Школы для желающих бросить курить Школа психологической поддержки для пожилых людей. Школы здоровья для лиц с факторами риска и пациентов.	5 5

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины:

1. Учебные классы, оборудованные мультимедийными проекторами.

2. Компьютерные классы, информационно-библиотечный центр РУДН с доступом к электронно-библиотечной системе РУДН, сети интернет.

9. Информационное обеспечение дисциплины

а) программное обеспечение: Microsoft Office

б) базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

Сайт [библиотеки РУДН](http://lib.rudn.ru/) – Режим доступа: <http://lib.rudn.ru/> - со стационарных компьютеров РУДН.

2. [Университетская библиотека ONLINE](http://www.biblioclub.ru/) – Режим доступа: <http://www.biblioclub.ru/>.

3. Книжные коллекции издательства [SPRINGER](http://www.springerlink.com). – Режим доступа: www.springerlink.com.

4. [Вестник РУДН](http://www.elibrary.ru/defaultx.asp) (Серия «Медицина») – Режим доступа: <http://www.elibrary.ru/defaultx.asp>.

5. Универсальные базы данных [East View](http://online.ebiblioteka.ru/). – Режим доступа: <http://online.ebiblioteka.ru/>.

6. Полнотекстовая коллекция российских научных журналов. [eLibrary.ru](http://elibrary.ru/defaultx.asp) – Режим доступа: <http://elibrary.ru/defaultx.asp>.

7. On-line доступ к журналам. Информационная база данных по всем отраслям науки и электронная доставка документов. [SwetsWise](https://www.swetswise.com). – Режим доступа: <https://www.swetswise.com>.

10. Учебно-методическое обеспечение дисциплины:

а) основная литература:

1. Дик, Н.Ф.: Как прожить долгую и здоровую жизнь: Научно-популярные издания. - Ростов н/Д: Феникс, 2010 - 316с.

2. Ставцева В.В.: Основы медицинских знаний: Учебные пособия. - Белгород: БелГУ, 2010. - С 76

3. Аникин, В. Приверженность лечению больных артериальной гипертензией, работающих на крупном промышленном предприятии / В. Аникин, О. Пушкарева // Врач. - 2017. - №4. - С. 68-69.

4. И.В. Ремизов, В.А. Дорошенко.: ОСНОВЫ ПАТОЛОГИИ.: Учебные пособия. -

б) дополнительная литература:

1. Юрий Лисицын, Гузель Улумбекова Общественное здоровье и здравоохранение.: Учебник, ГЭОТАР Медицина, 2015. – 644 с.

2. Организация профилактической деятельности амбулаторно-поликлинических учреждений на современном этапе / Под ред. А.И. Вялкова. М.: ГЭОТАР-Медиа, 2009.

3. Охрана здоровья детей и подростков / Под ред. Сопиной З.Е.: Уч. пособ. – М. ГЭОТАР-Медиа, 2009.

4. Гурвич М.М. Диетология для медсестры: полное руководство. – М.: Эксмо, 2009

5. Лобыкина, Е.Н. Диетологическая помощь населению в системе муниципального здравоохранения в условиях деятельности центров здоровья / Е.Н. Лобыкина, Ю.В. Рузаев // Здравоохранение Российской Федерации. - 2012. - №2. - С. 53-55.

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

От студента требуется посещение занятий, выполнение заданий преподавателя дисциплины, знакомство с рекомендованной литературой и др. При аттестации обучающегося оценивается качество работы на занятиях, уровень подготовки к самостоятельной деятельности в избранной области, качество выполнения заданий преподавателя дисциплины, способность к самостоятельному изучению учебного материала.

На практических занятиях и лекциях в аудиториях проводится разбор соответствующих тем с использованием мультимедийной техники (компьютер, проектор).

Самостоятельная работа во внеаудиторные часы может проходить как в аудиториях департамента и компьютерном классе, где обучающиеся могут изучать материал по презентациям, подготовленным преподавателями департамента, а также по компьютерным тестам.

Презентации по темам занятий могут быть записаны на компакт-диск или флэш-карту для самостоятельной работы студентов на домашнем компьютере.

Учебные пособия в электронном виде по ряду изучаемых тем размещены на страницах департамента и на Учебном портале РУДН, а также на локальных ресурсах электронно-библиотечной системы РУДН.

В качестве одной из форм самостоятельной работы предусмотрена подготовка конспектов по различным разделам курса.

Внеаудиторная самостоятельная работа включает: изучение материала по учебнику, учебным пособиям на бумажном и электронном носителях; подготовку реферативного сообщения по избранной теме; подготовку к выполнению контрольных работ и тестовых заданий.

12. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

Текущий контроль знаний и успешности освоения учебной программы проводится в виде устного опроса или компьютерного тестирования во время проведения практических занятий.

Рубежный контроль знаний проводится не реже одного раза в семестр. Проводится путем тестового контроля, дополняемого по усмотрению преподавателя устным собеседованием. В процессе контроля студент должен показать свои знания по пройденным разделам дисциплины, навыки и умения. Также осуществляется контроль над посещением практических занятий. Оценка знаний производится по системе зачет/незачет, при проведении тестирования оценка «зачет» выставляется при правильном ответе на 70% и более вопросов.

Студент, полностью выполнивший учебный план дисциплины, допускается к итоговой аттестации по дисциплине. Итоговая аттестация проводится путем устного собеседования и тестирования: студенту предлагается тест, содержащий 10 вопросов по основным темам дисциплины с вариантами ответов, тест считается успешно сданным при правильном ответе на 7 и более вопросов.

Балльная структура оценки:

1. Выполнение учебного плана по дисциплине: посещение практических занятий, изучение тем, рекомендованных для самостоятельного изучения; написание и защита реферата, результаты текущего и рубежного контроля знаний – до 49% баллов.

2. Итоговое устное собеседование – до 51% баллов.

Соответствие систем оценок (используемых ранее оценок итоговой академической успеваемости, оценок ECTS и балльно-рейтинговой системы (БРС) оценок успеваемости)

(В соответствии с Приказом Ректора №996 от 27.12.2006 г.):

Баллы БРС	Традиционные оценки в РФ	Баллы для перевода оценок	Оценки	Оценки ECTS
86 - 100	5	95 - 100	5+	A
		86 - 94	5	B
69 - 85	4	69 - 85	4	C
51 - 68	3	61 - 68	3+	D
		51-60	3	E
0 - 50	2	31 - 50	2+	FX
		0 - 30	2	F

Примеры вопросов тестового контроля.

1. Здоровый образ жизни – это
 - а) Занятия физической культурой;
 - б) Перечень мероприятий, направленных на укрепление и сохранение здоровья;
 - в) Индивидуальная система поведения, направленная на сохранение и укрепление здоровья.
2. Школа здоровья – это:
 - а) Совокупность средств и методов индивидуального и группового воздействия на пациентов и население, направленная на повышение уровня их знаний, информированности и практических навыков по рациональному лечению заболевания, профилактике осложнений и повышению качества жизни;
 - б) Обычная школа только со здоровыми людьми;
 - в) Колледж для медиков.
- 3/ Хроническое заболевание, которое развивается вследствие абсолютной или относительной недостаточности гормона поджелудочной железы инсулина – это:
 - а) панкреатит;
 - б) сахарный диабет;
 - в) несахарный диабет.
4. Заболевания способствующие инсульту:
 - а) Артериальная гипертония;
 - б) Артериальная гипотония;
 - в) Атеросклероз;
 - г) Сахарный диабет;
 - д) Заболевания сердца;
 - е) Заболевания почек.
5. Целью обучения в Школе пациентов с гипертонической болезнью следует считать:
 - а) Возможность пациентов самостоятельно лечить ГБ;
 - б) Повышение приверженности пациентов с АГ выполнению рекомендаций врача;
 - в) Решать самому какие препараты применять, несмотря на рекомендации врача.
6. Причины развития хронической сердечной недостаточности:
 - а) ИБС, АГ;
 - б) Болезни почек;
 - в) Бронхиальная астма.
7. Что такое ишемическая болезнь сердца?:
 - а) Заболевание в основе которого лежит атеросклероз коронарных сосудов;
 - б) Заболевание, на которое можно не обращать внимание;
 - в) Хронические боли в области груди.
8. Хроническое воспалительное заболевание бронхов, при котором периодически возникает обратимое сужение дыхательных путей (бронхоспазм) – это:
 - а) пневмония;
 - б) ХОБЛ;
 - в) бронхиальная астма.
9. Самая частая причина язвы желудка:
 - а) хеликобактер пилори;
 - б) стресс и неправильное питание;
 - в) прием НПВС.
10. Диета при проблемах с почками предусматривает ограничение:
 - а) белков и жиров;
 - б) белков и углеводов;
 - в) жидкости и соли;
 - г) жидкости и углеводов.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО РУДН.

Разработчики:

_____	_____	_____
должность, название кафедры	подпись	инициалы, фамилия

_____	_____	_____
должность, название кафедры	подпись	инициалы, фамилия

Руководитель программы

_____	_____	_____
должность, название кафедры	подпись	инициалы, фамилия

Заведующий кафедрой

_____	_____	_____
название кафедры	подпись	инициалы, фамилия