



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего
образования
«Дальневосточный федеральный университет»
(ДФУ)

Школа медицины

«УТВЕРЖДАЮ»

Рассмотрена на заседании
Ученого совета Школы медицины

Протокол №6 от «20» апреля 2022г.



Директор Школы медицины

К.В. Стегний
(ФИО)

«20» апреля 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.12 ОСНОВЫ ЗДОРОВОЙ СЕМЬИ
Специальность 34.02.01 Сестринское дело
Очная форма обучения

курс 2 семестр - 4
теоретические занятия - 12 (час.)
практические занятия - 10 (час.)
лабораторные работы - не предусмотрены
курсовая работа (проект) - не предусмотрена
обязательная аудиторная нагрузка 22 (час.)
самостоятельная работа – 8 (час.)
консультации - 2 (час.)
всего максимальной нагрузки – 30 (час.)
Форма контроля - другая форма промежуточной аттестации – 4 семестр

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 34.02.01 «Сестринское дело», утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ № 502 от 12 мая 2014 г., ред. от 24.07.2015

Составитель: Кузнецова Оксана Олеговна, главный специалист Департамента сестринского дела Школы медицины

СОДЕРЖАНИЕ

1	ПАСПОРТ (АННОТАЦИЯ) РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	Стр. 3
2	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	Стр. 5
3	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	Стр. 9
4	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	Стр. 10

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.12 ОСНОВЫ ЗДОРОВОЙ СЕМЬИ

1.1. Область применения рабочей программы учебной дисциплины

Рабочая программа учебной дисциплины является частью Программы подготовки специалистов среднего звена (далее – ППССЗ) в соответствии с ФГОС по специальности СПО 34.02.01 Сестринское дело, квалификация медицинская сестра/медицинский брат.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре ППССЗ:

Дисциплина входит в общепрофессиональный цикл.

1.3. Цели и планируемые результаты освоения учебной дисциплины:

В результате освоения дисциплины обучающийся **должен обладать общими компетенциями**, включающими в себя способность:

ОК 13. Вести здоровый образ жизни, заниматься физической культурой и спортом для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

В результате освоения дисциплины обучающийся **должен обладать профессиональными компетенциями**, включающими в себя способность:

ПК 1.1. Проводить мероприятия по сохранению и укреплению здоровья населения, пациента и его окружения;

ПК 1.2. Проводить санитарно-гигиеническое воспитание населения.

ПК 2.2. Осуществлять лечебно-диагностические вмешательства, взаимодействуя с участниками лечебного процесса.

ПК 2.6. Вести утвержденную медицинскую документацию.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь**:

- проводить беседы по планированию семьи с учетом имеющейся наследственной патологии в семье;

- проводить гигиеническое обучение и воспитание членов семьи;

- обучать членов семьи разного возраста принципам здорового образа жизни;

- консультировать детей и взрослых по вопросам рационального и диетического питания;

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **знать**:

— факторы окружающей среды, влияющие на здоровье человека и семьи в целом;

— факторы, определяющие здоровье человека и семьи в целом;

— принципы организации здорового образа жизни в семье;

— факторы иммунитета, его значение для профилактики инфекционных заболеваний в семье;

— основные положения Конституции РФ об охране здоровья;

— основные положения закона «Об основах охраны граждан в РФ» в сфере охраны материнства и детства;

1.4. Количество часов, отводимое на освоение программы учебной дисциплины:

максимальная учебная нагрузка по учебной дисциплине 30 ч., в том числе:

обязательная аудиторная нагрузка 22 ч.;

самостоятельная работа обучающегося 8 ч.;

консультации 2 ч.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем (акад.часов)
Максимальная учебная нагрузка (всего)	30
В том числе:	
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	22
В том числе:	
Теоретическое обучение	12
Лабораторные работы	Не предусмотрены
Практические занятия	10
Курсовая работа (проект)	Не предусмотрена
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	8
В том числе:	
Самостоятельная работа над курсовой работой (проектом)	Не предусмотрена
Работа с учебными текстами (чтение текста, составление плана изучения учебного материала, конспектирование, чтение учебной литературы, подготовка кратких докладов)	8
Консультации	2
Промежуточная аттестация по учебной дисциплине:	другая форма промежуточной аттестации

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) (если предусмотрены)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Понятие семьи.			
Тема 1.1. Семья. Факторы, формирующие здоровье семьи. Выявление и оценка факторов, влияющих на здоровье.	Содержание учебного материала	4	
	Лекция	2	1
	1. Понятие семьи. Типы, этапы жизненного цикла, основные функции семьи. Характеристика основных функций семьи. Права членов семьи. Значение семьи в жизни человека. Возможные медико-социальные проблемы семьи.		
	Практические занятия	2	2
	1. Семья. Факторы, формирующие здоровье семьи. Выявление и оценка факторов, влияющих на здоровье. Самостоятельная работа обучающихся Работа с конспектом лекций. Выявить и оценить факторы, влияющие на собственное здоровье и здоровье в своей семье. Составить собственное генеалогическое дерево. Выполнить в тетради.		
Раздел 2. Основы здоровья семьи			
Тема 2.1. Основы здоровья. Здоровый образ жизни и факторы, формирующие здоровье семьи.	Содержание учебного материала	4	
	Лекция	2	1
	1. Основы здоровья. Здоровый образ жизни и факторы, формирующие здоровье семьи.		
	Практические занятия	2	2
	1. Основные показатели, характеризующие здоровье. Измерение и оценка антропометрических показателей (вес, рост, пульс, дыхание, артериальное давление). Паспорт здоровья. Заполнение паспорта здоровья. Самостоятельная работа обучающихся Работа с конспектом лекций. Измерить и оценить антропометрические показатели.		
Тема 2.2. Рациональное	Содержание учебного материала	4	
	Лекция	2	1

питание как фактор формирования здоровья семьи.	1.	Рациональное питание как фактор формирования здоровья семьи. Законы рационального питания. Альтернативные теории питания.		
	Практические занятия		2	2
	1.	Культура питания. Рациональное питание как фактор здоровья семьи. Оценить собственное фактическое питание. Составление меню. Составление плана действий по изменению пищевого поведения.		
	Самостоятельная работа обучающихся Провести мониторинг собственного питания за неделю. Заполнить пищевой дневник.			
Тема 2.3. Двигательная активность в сохранении здоровья.	Содержание учебного материала		4	
	Лекция		2	1
	1.	Двигательная активность в сохранении здоровья. Физическая культура в режиме здорового образа жизни семьи. Двигательный режим для взрослых. Активный отдых.		
	Практические занятия			2
	1.	Двигательная активность человека. Оптимальный двигательный режим для взрослого человека. Ознакомление с методом самооценки физического здоровья. Определение уровня своего физического здоровья. Анализ полученных результатов.		
	Самостоятельная работа обучающихся Работа с конспектом лекций. Творческое задание подготовить презентацию «Компьютер и здоровье», «Мобильный телефон и здоровье»		2	
Тема 2.6. Репродуктивное здоровье.	Содержание учебного материала		4	
	Лекция		2	1
	1.	Репродуктивное здоровье. Формирование репродуктивного здоровья в семье.		
	Практические занятия		2	2
	1.	Репродуктивное здоровье, особенности его формирования. Сохранение репродуктивного здоровья.		
	Самостоятельная работа обучающихся Выполнить творческое задание, представить в мультипрезентации. Почему не все люди могут испытать радость материнства или отцовства? <i>Проблемные вопросы</i> - От каких факторов среды зависит репродуктивное здоровье человека? - Какие факторы наиболее важные для воспроизведения потомства?			

	- Каким образом можно увеличить шансы человека на продолжение рода? <i>Учебные вопросы</i> - Каковы составные слагающие здоровья человека? - Чем отличается репродуктивное здоровье от общего? - Каким образом влияют факторы среды на репродуктивную функцию человека? - Какова профилактика репродуктивного здоровья человека?		
Раздел 3.	Система охраны материнства и детства		
Тема 3.1. Система охраны материнства и детства в Российской Федерации.	Содержание учебного материала	4	
	Лекция	2	1
	1. Система охраны материнства и детства в Российской Федерации.		
	Практические занятия	2	2
	1. Стрессовые состояния, влияние на здоровье. Профилактика стресса. Самостоятельная работа обучающихся Изучите литературу по теме. Подберите методику профилактики стресса. Продемонстрируйте.		
Тема 3.2. Планирование семьи. Социальный и медицинский аспект проблемы.	Содержание учебного материала	6	
	Лекция	2	1
	1. Планирование семьи. Социальный и медицинский аспект проблемы.		
	Практические занятия	2	2
	1. Образ жизни семьи и культура здоровья личности. Самостоятельная работа обучающихся Разработайте и опишите модель семьи, воспитывающей здорового ребенка. Составить вопросы к викторине «Мода и здоровье». Провести анкетирование и составить анкету среди студентов «Мой образ жизни»	2	
Другая форма контроля.	Тестовый контроль. Оценивание выполненных творческих заданий.	2	
	итого	30	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Учебная аудитория для занятий лекционного и семинарского типа с мультимедийным оборудованием: Моноблок Lenovo C360G-i34164G500UDK; Экран проекционный Projecta Elpro Electrol, 300x173 см; Мультимедийный проектор, Mitsubishi FD630U, 4000 ANSI Lumen, 1920x1080; Врезной интерфейс с системой автоматического втягивания кабелей TLS TAM 201 Stan; Документ-камера Avervision CP355AF; Микрофонная петличная радиосистема УВЧ диапазона Sennheiser EW 122 G3 в составе беспроводного микрофона и приемника; Кодек видеоконференцсвязи LifeSizeExpress 220-Codeconly- Non-AES; Сетевая видеочасть Multipix MP-HD718; Две ЖК-панели 47", Full HD, LG M4716CCBA; Подсистема аудиокоммутации и звукоусиления; централизованное бесперебойное обеспечение электропитанием. Специализированная учебная мебель количество посадочных мест – 20 шт., доска переносная меловая – 1 шт., стол для преподавателя – 1 шт., стул для преподавателя – 1 шт.

Кабинет для самостоятельной работы студентов: стол ученический-23 шт., стул-48 шт., стол преподавательский-1 шт.; 30 ПК с выходом в Интернет и подключенные к информационно-образовательной среде ДВФУ, поджсистемный блок Celeron CPU 2,5ГГц; 300Мб ОЗУ Hdd 80Гб, монитор ViewSonic VA703.

3.2. Информационное обеспечение учебной дисциплины

Для реализации РПУД библиотечный фонд располагает печатными и электронными образовательными и информационными ресурсами:

Основная литература:

1. Барышева Е.С. Культура здоровья и профилактика заболеваний : учебное пособие для СПО [Электронный ресурс] / Барышева Е.С., Нотова С.В.. - Саратов : Профобразование, 2020. - 214 с. <https://www.iprbookshop.ru/91881.html>

2. Кучма, В. Р. Здоровый человек и его окружение : учебник / Кучма В. Р. , Сивочалова О. В. - 5-е изд. , испр. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2019. - 560 с. <http://www.studmedlib.ru/book/ISBN9785970452172.html>

Дополнительная литература

1. Проведение профилактических мероприятий : учеб. пособие [Электронный ресурс] / С. И. Двойников [и др.] ; под ред. С. И. Двойникова. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 448 с. <https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970440407.html>

2. Бакешин, К. П. Основы здорового образа жизни студента : учебное пособие / К. П. Бакешин. — Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2016. — 96 с. — ISBN 978-5-9227-0619-9. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/66829.html>

Электронные ресурсы:

1. Барышева Е.С. Культура здоровья и профилактика заболеваний : учебное пособие для СПО [Электронный ресурс] / Барышева Е.С., Нотова С.В.. - Саратов : Профобразование, 2020. - 214 с. <https://www.iprbookshop.ru/91881.html>

2. Проведение профилактических мероприятий : учеб. пособие [Электронный ресурс] / С. И. Двойников [и др.] ; под ред. С. И. Двойникова. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 448 с. <https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970440407.html>

3. Кучма, В. Р. Здоровый человек и его окружение : учебник / Кучма В. Р. , Сивочалова О. В. - 5-е изд. , испр. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2019. - 560 с.

<http://www.studmedlib.ru/book/ISBN9785970452172.html>

4.Бакешин, К. П. Основы здорового образа жизни студента : учебное пособие / К. П. Бакешин. — Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2016. — 96 с. — ISBN 978-5-9227-0619-9. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/66829.html>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в форме текущего контроля успеваемости (в процессе проведения практических занятий, тестирования, выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований и других видов учебной работы), а также в процессе промежуточной аттестации.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>Должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none">— проводить беседы по планированию семьи с учетом имеющейся наследственной патологии в семье;— проводить гигиеническое обучение и воспитание членов семьи;— обучать членов семьи разного возраста принципам здорового образа жизни;— консультировать детей и взрослых по вопросам рационального и диетического питания; <p>Должен знать:</p> <ul style="list-style-type: none">— факторы окружающей среды, влияющие на здоровье человека и семьи в целом;— факторы, определяющие здоровье человека и семьи в целом;— принципы организации здорового образа жизни в семье;— факторы иммунитета, его значение для профилактики инфекционных заболеваний в семье;— основные положения Конституции РФ об охране здоровья;	<p>устный ответ на вопрос, тестирование, дискуссии, выполнения творческого индивидуального задания, составление рекомендаций.</p>