

Министерство образования и науки Хабаровского края
Краевое государственное бюджетное
профессиональное образовательное учреждение
«Хабаровский государственный медицинский колледж»
имени Г.С. Макарова
(КГБПОУ ХГМК)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
МЕЖДИСЦИПЛИНАРНОГО КУРСА
МДК 03.01. Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний в
разные возрастные периоды

ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ
ПМ. 03. Проведение мероприятий по профилактике
неинфекционных и инфекционных заболеваний,
формированию здорового образа жизни

по специальности 34.02.01. Сестринское дело
(очно-заочная форма обучения)

Рассмотрено
ЦМК «Основ сестринского
дела»
Протокол № 10
«04» июня 2024 г.

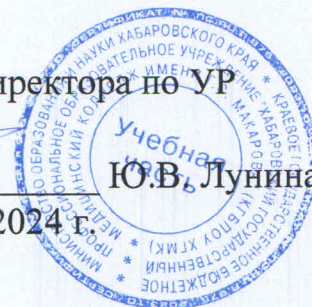
Председатель ЦМК
 А.А. Штанько

Рабочая программа учебной
дисциплины составлена в соответствии
с требованиями ФГОС СПО по
специальности 34.02.01 Сестринское
дело (очно-заочная форма обучения) и
учебным планом по данной
специальности, утвержденным
директором КГБПОУ ХГМК

Рассмотрено
Учебно-методическим Советом
КГБПОУ ХГМК
Протокол № 5
«14» июня 2024 г.

Утверждаю
Заместитель директора по УР

Ю.В. Лунина
« 4 » июня 2024 г.



Разработчик:
Штанько А.А., преподаватель КГБПОУ ХГМК.

Рецензент:
Кукушкина Т.В., преподаватель высшей квалификационной категории
КГБПОУ ХГМК.

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ МЕЖДИСЦИПЛИНАРНОГО КУРСА	4
2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ МЕЖДИСЦИПЛИНАРНОГО КУРСА	5
3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ МЕЖДИСЦИПЛИНАРНОГО КУРСА	7
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ МЕЖДИСЦИПЛИНАРНОГО КУРСА	12
5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ МЕЖДИСЦИПЛИНАРНОГО КУРСА	14

ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ МЕЖДИСЦИПЛИНАРНОГО КУРСА

МДК 03.01. Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний в разные возрастные периоды профессионального модуля ПМ.03 Проведение мероприятий по профилактике неинфекционных и инфекционных заболеваний, формированию здорового образа жизни по специальности 34.02.01. Сестринское дело (очно-заочная форма обучения)

1.1. Область применения программы

Рабочая программа МДК 03.01. Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний в разные возрастные периоды профессионального модуля – является частью программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ) в соответствии с ФГОС по специальности СПО 34.02.01 Сестринское дело в части освоения основного вида профессиональной деятельности (ВПД).

1.2. Цели и задачи междисциплинарного курса – требования к результатам освоения МДК:

С целью овладения указанным видом профессиональной деятельности и соответствующими профессиональными компетенциями, обучающийся в ходе освоения профессионального модуля должен:

иметь практический опыт:

- Проводить мероприятия по санитарно-гигиеническому просвещению населения;
- Проведение работ по формированию и реализации программ здорового образа жизни, в том числе программ снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ;

уметь:

- Проводить индивидуальное (групповое) профилактическое консультирование населения о факторах, способствующих сохранению здоровья, факторах риска для здоровья и мерах профилактики предотвратимых болезней;
- формировать общественное мнение в пользу здорового образа жизни и мотивировать пациентов на ведение здорового образа жизни;
- информировать население о программах снижения веса, потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ;

знать:

- информационные технологии, организационные формы, методы и средства санитарного просвещения населения;
- правила проведения индивидуального и группового профилактического консультирования, современные научно обоснованные рекомендации по вопросам личной гигиены, рационального питания, планирования семьи, здорового образа жизни, факторов риска здоровья;
- заболевания, обусловленные образом жизни человека;

- факторы, способствующие сохранению здоровья;
- формы и методы работы по формированию здорового образа жизни;
- программы здорового образа жизни, в том числе программы, направленные на снижение веса, снижение потребления алкоголя и табака, предупреждение и борьбу с немедицинским потреблением наркотических веществ и психотропных веществ;

Практическая подготовка - форма организации образовательной деятельности при освоении рабочей программы в условиях выполнения обучающимися определенных видов работ, связанных с будущей профессиональной деятельностью и направленных на формирование, закрепление, развитие практических навыков и компетенций.

Практическая подготовка осуществляется в колледже и (или) на предприятии, в организации.

1.3. Рекомендуемое количество часов на освоение МДК 03.01. Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний в разные возрастные периоды:

Вид учебной работы	очная форма (час)
Аудиторная учебная нагрузка (с преподавателем) (всего)	52
в том числе:	
лекционные занятия	4
семинаров	12
практические занятия	36
Практическая подготовка	
учебная практика	36
Самостоятельная работа обучающегося	2
Промежуточная аттестация в форме: экзамен	6

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ МЕЖДИСЦИПЛИНАРНОГО КУРСА

Результатом освоения междисциплинарного курса профессионального модуля является овладение обучающимися видом профессиональной деятельности «решение проблем пациента посредством сестринского ухода», в том числе профессиональными (ПК) и общими (ОК) компетенциями:

Код	Наименование результата обучения
ПК 3.1.	Консультировать население по вопросам профилактики заболеваний
ПК 3.2.	Пропагандировать здоровый образ жизни
ОК 01.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам

ОК 02.	Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности
ОК 03.	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях
ОК 04.	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде
ОК 05.	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста
ОК 06.	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения
ОК 07	Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях
ОК 08	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности
ОК 09	Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках

3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ МЕЖДИСЦИПЛИНАРНОГО КУРСА

3.1. Тематический план МДК 03.01. Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний в разные возрастные периоды профессионального модуля ПМ.03 Проведение мероприятий по профилактике неинфекционных и инфекционных заболеваний, формированию здорового образа жизни по специальности 34.02.01. Сестринское дело (очно-заочная форма обучения)

Коды профессиональных компетенций	Наименования разделов профессионального модуля*	Всего часов (макс. учебная нагрузка и практики)	Объем времени, отведенный на освоение междисциплинарного курса (курсов)					Практика	Промежуточная аттестация
			Обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося			Самостоятельная работа обучающегося		Учебная практика	Экзамен
			Всего, часов	в т.ч. теор занятия, часов	в т.ч. семинарские и практические занятия, часов	Всего, часов	в т.ч., курсовая работа (проект), часов		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
ПК 3.1, ПК 3.2	МДК 03.01 Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний в разные возрастные периоды	96	52	4	48	2	-	36	6
	Всего:	96	52	4	48	2	-	36	6

3.2. Содержание обучения по МДК 03.01. Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний в разные возрастные периоды профессионального модуля ПМ.03 Проведение мероприятий по профилактике неинфекционных и инфекционных заболеваний, формированию здорового образа жизни по специальности 34.02.01. Сестринское дело (очно-заочная форма обучения)

Наименование разделов профессионального модуля (ПМ), междисциплинарных курсов (МДК) и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
МДК 03.01 Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний в разные возрастные периоды		96	
Тема 1.1 Здоровье и образ жизни	Содержание	2	
	Теоретическая часть	2	
	1. Определение понятий и правовые основы сохранения здоровья.		2
	2. Факторы, влияющие на формирование здоровья и принципы здорового образа жизни.		2
	3. Заболевания, обусловленные образом жизни.		2
	4. Современный подход к профилактике неинфекционных заболеваний.		2
Тема 1.2. Санитарно-гигиеническое просвещение населения	Содержание	12	
	Теоретическая часть	4	
	1. Информационные технологии, организационные формы, методы и средства санитарного просвещения населения.	2	1
	2. Правила проведения индивидуального и группового профилактического консультирования.		1
	3. Современные научно-обоснованные рекомендации по вопросам личной гигиены, рационального питания, здорового образа жизни.		3
	4. Факторы риска для здоровья.		2
	5. Участие медицинской сестры в работе школы здоровья.		2
Практические занятия	8		

	1.	Оценка физического здоровья. Оценка функциональных показателей здоровья Составление рекомендаций по физической активности, рациональному и диетическому питанию, закаливанию	4	
	2.	Подготовка бесед по вопросам здорового образа жизни. Проведение индивидуального (группового) профилактического консультирования населения о факторах, способствующих сохранению здоровья, факторах риска для здоровья и мерах профилактики предотвратимых болезней с использованием наглядных средств просвещения населения по формированию здорового образа жизни (памятки, буклеты, санитарные бюллетени).	4	
Тема 1.3. Программы здорового образа жизни	Содержание		8	
	Теоретическая часть		2	
	1.	Программы здорового образа жизни, в том числе программы, направленные на снижение веса, снижение потребления алкоголя и табака, предупреждение и борьбу с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ.	2	2
	2.	Методы профилактики заболеваний, связанных с образом жизни. Коррекция факторов риска хронических неинфекционных заболеваний		3
	Практические занятия		4	
	1.	Составление бесед, рекомендаций по снижению веса, потребления алкоголя и табака, по предупреждению потребления наркотических средств и психотропных веществ	4	
	Самостоятельная работа:		2	
		1. Решение профессиональных задач 2. Составление памяток для пациента по коррекции факторов риска хронических неинфекционных заболеваний. 3. Подготовка докладов, рефератов, эссе с использованием интернет-источников и учебной литературы.		

Тема 1.4. Профилактика нарушений здоровья в детском возрасте	Содержание		14	
	Теоретическая часть		2	
	1.	Периоды детского возраста. Универсальные потребности ребенка и способы их удовлетворения в зависимости от возраста.	2	2
	2.	Факторы, оказывающие воздействие на возникновение, рост и развитие заболеваний у детей.		2
	3.	Основы формирования здоровья у детей первого года жизни.		3
	Практические занятия		12	
	1.	Осуществление ухода за новорожденным ребенком. Обучение родителей методам сохранения здоровья новорожденного ребенка.	4	
	2.	Оценка физического развития детей грудного и раннего возраста. Составление рекомендаций по закаливанию, созданию безопасной окружающей среды.	4	
	3.	Вскармливание детей грудного и раннего возраста. Обучение родителей организации рационального питания детей.	4	
	Содержание		12	
Тема 1.5. Здоровье лиц зрелого возраста	Теоретическая часть		4	
	1.	Анатомо-физиологические, психологические и социальные особенности человека юношеского и зрелого возраста.	2	1
	2.	Основные потребности, способы их удовлетворения. Возможные проблемы.		1
	3.	Роль семьи в жизни человека. Планирование семьи. Репродуктивное здоровье.	2	2
	4.	Климактерический период, особенности.		2
	Практические занятия		8	
	1.	Составление рекомендаций по адекватному рациональному и диетическому питанию, адекватной	4	

		двигательной активности лиц зрелого возраста, в том числе в климактерический период.			
	2.	Оказание консультативной помощи по вопросам укрепления репродуктивного здоровья. Составление рекомендаций по здоровому образу жизни (гигиена половой жизни). Консультирование по способам контрацепции. Составление рекомендаций по профилактике аборт и их осложнений.	4		
			6		
Тема 1.6. Здоровье лиц пожилого и старческого возраста	Содержание		2		
	Теоретическая часть		2		
	1.	Понятия «геронтология», «старость», «старение». Основные гипотезы старения.	2	2	
	2.	Анатомо-физиологические и психологические особенности лиц пожилого и старческого возраста.		1	
	3.	Проблемы, возникающие при старении, в том числе связанные с изменением возможности удовлетворять универсальные потребности, способы их решения.		3	
		Практические занятия		4	
	1.	Составление рекомендаций по адекватной физической нагрузке, рациональному режиму дня, обеспечению безопасности окружающей среды для людей пожилого и старческого возраста. Обучение оказанию помощи пожилому человеку и его окружению при нарушениях зрения и слуха.	4		
Учебная практика			36		
Промежуточная аттестация – экзамен			6		
		Всего	96		

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ МЕЖДИСЦИПЛИНАРНОГО КУРСА

4.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Кабинет Основ профилактики, оснащенный оборудованием:

Рабочее место преподавателя.

Посадочные места по количеству обучающихся.

Доска классная.

Учебно-наглядные пособия.

Стенд информационный.

Плакаты санитарного просвещения.

Столы манипуляционные

Фантомы, муляжи, приборы, в том числе измерительные, изделия медицинского назначения, необходимые для отработки практических навыков (тонометры, фонендоскопы, сантиметровые ленты, ростомер, весы и др.)

Емкости-контейнеры для сбора медицинских отходов.

Образцы документации.

Компьютерная техника с лицензионным программным обеспечением и возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет». Мультимедийная установка или иное оборудование аудиовизуализации.

4.2. Информационное обеспечение обучения

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организации выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных

изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список может быть дополнен новыми изданиями.

Основные печатные издания

1. Двойников, С. И. Проведение профилактических мероприятий: учебное пособие / С. И. Двойников и др.; под ред. С. И. Двойникова. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 480 с.

2. Жирков А. М. Здоровый человек и его окружение. Междисциплинарный подход: учебное пособие / А. М. Жирков, Г. М. Подопригора, М. Р. Цуцунава. — Санкт-Петербург: Лань, 2016. — 272 с.

3. Крюкова, Д. А. Здоровый человек и его окружение: учебное пособие / Д. А. Крюкова, Л. А. Лысак, О. В. Фурса. — Ростов-на-Дону: Феникс, 2019. — 605 с.

4. Мисетова Е. Н. Профилактическая деятельность. Курс лекций: учебное пособие для СПО / Е. Н. Мисетова. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург: Лань, 2022. — 420 с.

Дополнительные печатные издания

1. Водяникова И. Н., Ахметшина О. М. и др. Здоровый человек и его окружение. Рабочая тетрадь: учебное пособие для СПО / И. Н. Водяникова, О. М. Ахметшина, Р. И. Рагимова, А. Б. Шаяхметова. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург: Лань, 2021. — 120 с.

2. Иванова, Н. В. Первичная медико-санитарная помощь детям (ранний возраст): учебное пособие / Н. В. Иванова [и др.]. - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 240 с.: ил. - 240 с. - ISBN 978-5-9704-5743-6.

3. Игнатова, Л. Ф. Первичная медико-санитарная помощь детям. Дошкольный и школьный возраст: учебное пособие / Л. Ф. Игнатова, В. В. Стан, Н. В. Иванова и др. - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 312 с. - ISBN 978-5-9704-5590-6.

4. 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.

5. Морозов М. А. Здоровый человек и его окружение. Здоровьесберегающие технологии: учебное пособие для СПО / М. А. Морозов. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург: Лань, 2021. — 372 с.

Электронные ресурсы:

1 www.rg.ru

2. www.gnicpm.ru

3. www.minzdravsoc.ru

4. www.takzdorovo.ru

5. www.kzid.ru

5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ МЕЖДИСЦИПЛИНАРНОГО КУРСА (ВИДА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ)

Коды и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках курса	Критерии оценивания	Методы оценки
<p>ПК. 3.1 Консультировать население по вопросам профилактики</p>	<p>- соответствие составленных планов обучения населения принципам здорового образа жизни возрастной категории пациентов, их индивидуальным особенностям и рекомендациям центров медицинской профилактики;</p> <p>- качество и полнота рекомендаций здоровым людям разного возраста по вопросам питания, двигательной активности, профилактике вредных привычек в соответствии с информацией проекта «Кодекс здоровья и долголетия».</p> <p>- грамотная разработка планов гигиенического воспитания (первичная профилактика) по преодолению и уменьшению факторов риска развития различных заболеваний на основании результатов опроса и обследования пациентов. - составление планов санитарно-гигиенического воспитания (вторичная и третичная профилактика) в зависимости от патологии пациентов и в соответствии с рекомендациями центра медицинской профилактики</p>	<p>Экспертное наблюдение выполнения практических работ</p> <p>Экзамен по модулю</p>
<p>ПК. 3.2 Пропагандировать здоровый образ жизни</p>	<p>- соответствие подготовленных информационно-агитационных материалов для населения требованиям к оформлению и содержанию средств гигиенического обучения.</p>	<p>Экспертное наблюдение выполнения практических работ</p> <p>Экзамен по модулю</p>
<p>ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам</p>	<p>- соответствие выбранных средств и способов деятельности поставленным целям; - соотнесение показателей результата выполнения профессиональных задач со стандартами;</p>	<p>Экспертное наблюдение выполнения практических работ</p>
<p>ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и</p>	<p>- демонстрация полноты охвата информационных источников и достоверности информации;</p>	<p>Экспертное наблюдение выполнения</p>

интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности	<ul style="list-style-type: none"> - оптимальный выбор источника информации в соответствии с поставленной задачей; - соответствие найденной информации поставленной задаче 	практических работ
ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях	<ul style="list-style-type: none"> - получение дополнительных профессиональных знаний путем самообразования, - проявление интереса к инновациям в области профессиональной деятельности. 	Экспертное наблюдение выполнения практических работ
ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	- соблюдение норм делового общения и профессиональной этики во взаимодействии с коллегами, руководством, потребителями	Экспертное наблюдение выполнения практических работ
ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста	- соответствие устной и письменной речи нормам государственного языка	Экспертное наблюдение выполнения практических работ
ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты	- обеспечение взаимодействия с окружающими в соответствии с Конституцией РФ, законодательством РФ и другими нормативно-правовыми актами РФ;	Экспертное наблюдение выполнения практических работ

антикоррупционного поведения		
ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях	- организация и осуществление деятельности по сохранению окружающей среды в соответствии с законодательством и нравственно-этическими нормами	Экспертное наблюдение выполнения практических работ
ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	- демонстрация позитивного и адекватного отношения к своему здоровью в повседневной жизни и при выполнении профессиональных обязанностей; - готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную профессиональную деятельность на основе принципов здорового образа жизни	Экспертное наблюдение выполнения практических работ
ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках	- оформление медицинской документации в соответствии нормативными правовыми актами	Экспертное наблюдение выполнения практических работ

Разработчики:

КГБПОУ ХГМК

преподаватель

А.А. Штанько

Рецензенты:

КГБПОУ ХГМК

преподаватель высшей
квалификационной
категории

Т.В. Кукушкина