



Министерство здравоохранения Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение
высшего образования
"Северо-Западный государственный медицинский университет имени И.И.
Мечникова"
Министерства здравоохранения Российской Федерации
(ФГБОУ ВО СЗГМУ им. И.И. Мечникова Минздрава России)

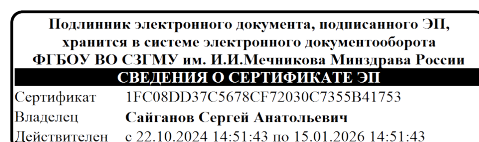
РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Поведенческие факторы риска, здоровье сберегающее поведение»

Специальность: 31.05.01 Лечебное дело

Направленность: Организация и оказание первичной медико-санитарной помощи взрослому населению на принципах доказательной медицины

2023



Рабочая программа дисциплины «Поведенческие факторы риска, здоровье сберегающее поведение» составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – специалитета по специальности 31.05.01 Лечебное дело, утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 12 августа 2020 г. № 988 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – специалитет по специальности 31.05.01 Лечебное дело».

Составители рабочей программы дисциплины:

А.В. Мельцер, заведующий кафедрой профилактической медицины и охраны здоровья, д.м.н., профессор

А.В. Суворова, профессор кафедры профилактической медицины и охраны здоровья, д.м.н., доцент

И.Ш. Якубова, профессор кафедры профилактической медицины и охраны здоровья, д.м.н., профессор

Н.В. Ерастова, доцент кафедры профилактической медицины и охраны здоровья, к.м.н., доцент

Н.А. Мозжухина, доцент кафедры профилактической медицины и охраны здоровья, к.м.н., доцент

Т.Ю. Пилькова, доцент кафедры профилактической медицины и охраны здоровья, к.м.н., доцент

Рецензент:

Историк О.А. - руководитель Управления Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по Ленинградской области

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры профилактической медицины и охраны здоровья

14 ноября 2023 г., Протокол № 9

Заведующий кафедрой  / Мельцер А.В./
(подпись)

Одобрено Методической комиссией по специальности 31.05.01 Лечебное дело
15 ноября 2023 г.

Председатель  / Бакулин И.Г./
(подпись)

Рассмотрено Методическим советом и рекомендовано для утверждения на Ученом совете
23 ноября 2023 г.

Председатель  / Артюшкин С.А./
(подпись)

Дата обновления:

СОДЕРЖАНИЕ

<u>1. Цель освоения дисциплины</u>	4
<u>2. Место дисциплины в структуре образовательной программы</u>	4
<u>3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы</u>	4
<u>4. Объем дисциплины и виды учебной работы</u>	6
<u>5. Содержание дисциплины, структурированное по разделам (темам) с указанием количества академических часов и видов учебных занятий</u>	6
<u>6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины</u>	11
<u>7. Оценочные материалы</u>	13
<u>8. Перечень учебной литературы и ресурсов сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины</u>	13
<u>9. Перечень информационных технологий, используемых для освоения дисциплины, включая перечень программного обеспечения, профессиональных баз данных и информационных справочных систем</u>	14
<u>10. Материально-техническое обеспечение дисциплины</u>	15
<u>Приложение А</u>	17

1. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Поведенческие факторы риска, здоровье сберегающее поведение» является формирование компетенций обучающегося, направленных на приобретение общекультурных и профессиональных знаний и навыков, необходимых для формирования у будущих специалистов профессионального профилактического мировоззрения, позитивного отношения к здоровью и здоровому образу жизни, пониманию роли поведенческих факторов в сохранении здоровья, умению работать с населением по формированию здорового образа жизни и по управлению факторами риска здоровью, профилактике социально значимых заболеваний, болезней зависимости, в том числе, методами гигиенического воспитания.

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Поведенческие факторы риска, здоровье сберегающее поведение» основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 31.05.01 Лечебное дело (уровень образования специалитет), направленность: Организация и оказание первичной медико-санитарной помощи взрослому населению на принципах доказательной медицины. Дисциплина входит в состав модуля «Безопасность и профилактика». Дисциплина является обязательной к изучению.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ИД-2 УК-7.2. Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей собственного организма ИД-3 УК-7.3. Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности ИД-4 УК-7.4. Соблюдает нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в собственной профессиональной деятельности
ОПК-2. Способен проводить и осуществлять контроль эффективности мероприятий по профилактике, формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению населения	ИД-1 ОПК-2.1. Разрабатывает методические материалы для проведения бесед и занятий по вопросам здорового образа жизни, по правильному питанию, профессиональной и индивидуальной гигиене с различными контингентами населения. ИД-2 ОПК-2.2. Проводит беседы и занятия по вопросам здорового образа жизни, по правильному питанию, профессиональной и индивидуальной гигиене с различными контингентами населения. ИД-3 ОПК-2.3. Разрабатывает планы и проводит контроль эффективности мероприятий по профилактике заболеваний, травм и формированию здорового образа жизни
ПК-6. Способен к осуществлению комплекса мероприятий, направленных на сохранение и укрепления здоровья населения	ИД-1 ПК-6.1. Разрабатывает и реализует мероприятия, направленные на санитарно-гигиеническое просвещение населения

Код индикатора достижения компетенции	Результаты обучения (показатели оценивания)	Оценочные средства
ИД-2 УК-7.2.	<p>знает здоровьесберегающие технологии и методы оценки уровня физического здоровья, психического и душевного состояния человека</p> <p>умеет оценить свой образ жизни с позиции полученных знаний, определить характер действия поведенческих факторов риска на организм</p> <p>имеет навык применения здоровьесберегающих технологий для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей собственного организма</p>	Контрольные вопросы, Тестовые задания, Проектное задание
ИД-3 УК-7.3.	<p>знает основные понятия и составляющие режима дня, методы самоконтроля физиологических показателей собственного организма</p> <p>умеет применить полученные знания для обеспечения распорядка собственной деятельности для сохранения работоспособности</p> <p>имеет навык планирования режима дня для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки</p>	Контрольные вопросы, Тестовые задания,
ИД-4 УК-7.4.	<p>знает основные гигиенические мероприятия оздоровительного характера</p> <p>умеет применять полученные знания для сохранения собственного здоровья и решения профессиональных задач</p> <p>имеет навык соблюдения здоровьесберегающего поведения в различных жизненных ситуациях</p>	Контрольные вопросы, Тестовые задания, Проектное задание
ИД-1 ОПК-2.1.	<p>знает современные информационные технологии, формы и методы работы с населением по вопросам здорового образа жизни</p> <p>умеет проводить воспитательную и образовательную работу с населением по вопросам профилактики заболеваний</p> <p>имеет навык профессионального общения с населением с учетом пола, возраста, профессии и показателей здоровья</p>	Контрольные вопросы, Тестовые задания, Проектное задание
ИД-2 ОПК-2.2.	<p>знает понятия о психолого-педагогических аспектах медико-профилактической воспитательной и образовательной деятельности в работе с населением по формированию здорового образа жизни и профилактики заболеваний</p> <p>умеет проводить беседу по отдельным проблемам сохранения здоровья и повышению грамотности населения в вопросах профилактики заболеваний</p> <p>имеет навык взаимодействия с населением по вопросам формирования здоровьесберегающего поведения</p>	Контрольные вопросы, Тестовые задания, Проектное задание
ИД-3 ОПК-2.3.	знает о современных методах профилактики массовых неинфекционных заболеваний, социально значимых инфекций и болезней зависимости	Контрольные вопросы, Тестовые задания, Проектное

	умеет использовать знания и умения для формирования здоровьесберегающего поведения и составления индивидуальной программы управления здоровьем	задание
	имеет навык оценки мероприятий по профилактике заболеваний	
ИД-1 ПК-6.1.	знает понятия о здоровье, медицинской активности, факторах риска среды обитания, их влиянии на организм, методах профилактики, о формировании здорового образа жизни населения	Контрольные вопросы, Тестовые задания, Проектное задание
	умеет взаимодействовать с населением по вопросам сохранения здоровья, здорового образа жизни и профилактике заболеваний	
	имеет навык разработки мероприятий, направленных на санитарно-гигиеническое просвещение населения	

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Трудоемкость	Семестры
		3
Контактная работа обучающихся с преподавателем	66	66
Лекции (Л)	18	18
Практические занятия (ПЗ)	46	46
Промежуточная аттестация: зачет, в том числе сдача и групповые консультации	2	2
Самостоятельная работа:	42	42
в период теоретического обучения	38	38
подготовка к сдаче зачета	4	4
Общая трудоемкость: академических часов		108
зачетных единиц		3

5. Содержание дисциплины, структурированное по разделам (темам) с указанием количества академических часов и видов учебных занятий

5.1. Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Аннотированное содержание раздела дисциплины	Перечень компетенций, формируемых в процессе освоения раздела
1	Факторы риска здоровью. Здоровый образ жизни.	Поведенческие факторы риска. Основные понятия. Идентификация факторов риска здоровью, связанных с поведением человека. Формирование приверженности к здоровому образу жизни. Внутренняя и внешняя мотивация к здоровьесберегающему поведению. Формы и методы санпросвет. работа. Профилактика формирования зависимостей.	УК-7. ОПК-2. ПК-6.

2	Здоровое питание, влияние на здоровье	Алиментарные факторы риска. Пищевая и биологическая ценность пищевых продуктов. Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения. Принципы здорового питания. Алиментарно зависимые заболевания неинфекционной и инфекционной природы (пищевые отравления), профилактика. Формирование пищевого поведения.	УК-7. ОПК-2. ПК-6.
3	Питьевая вода. Влияние на здоровье.	Питьевой режим. Влияние водного фактора на здоровье населения. Водно-обусловленные и водно-ассоциируемые заболевания. Регулирования качества питьевой воды	УК-7. ОПК-2. ПК-6.
4	Факторы риска жилой среды и их профилактика	Факторы риска жилой среды для здоровья населения. Основные источники загрязнения жилой среды. Требования безопасности к жилым помещениям. Профилактические мероприятия, направленные на создание безопасной жилой среды.	УК-7. ОПК-2. ПК-6.
5	Здоровье на рабочем месте	Идентификация опасности производственных факторов. Физические, химические и биологические факторы, а также факторы трудового процесса.	УК-7. ОПК-2. ПК-6.
6	Факторы риска для здоровья детей и подростков и их профилактика	Факторы риска для здоровья детей и подростков и их профилактика.	УК-7. ОПК-2. ПК-6.
7	Среда обитания и здоровье	Факторы среды обитания, влияние на здоровье человека. Профилактика воздействия факторов среды обитания на здоровье	УК-7. ОПК-2. ПК-6.

5.2. Тематический план лекций

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Тематика лекций	Активные формы обучения*	Трудоемкость (академических часов)
1	Факторы риска здоровью. Здоровый образ жизни	Л.1 ЗОЖ как резерв здоровья, основа профилактики заболеваний. Л.2 Поведенческие факторы риска здоровью. Профилактика их возникновения	ЛБ	2 2
2	Здоровое питание. Влияние на здоровье	Л.3 Принципы здорового питания, профилактика возникновения алиментарно зависимых заболеваний.	ЛБ	2
3	Питьевая вода. Влияние на здоровье	Л.4 Организация питьевого режима. Влияние водного фактора на здоровье населения.	-	2

4	Факторы риска жилой среды и их профилактика	Л.5 Профилактика факторов риска жилой среды для здоровья населения	ЛБ	2
5.	Здоровье на рабочем месте	Л.6 Идентификация опасности производственных факторов. Физические, химические и биологические факторы	ЛБ	2
6	Факторы риска для здоровья детей и подростков и их профилактика	Л.7. Первичная и вторичная профилактика факторов риска для здоровья детей и подростков	ЛБ	2
7	Среда обитания и здоровье	Л.8. Факторы риска окружающей среды и здоровье Л.9 Рациональное обращение с отходами производства и потребления, медицинскими отходами как базовое направление охраны окружающей среды и здоровья населения	ЛБ	2
ИТОГО:				18

*ЛБ- лекция-беседа

5.3. Тематический план практических занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Тематика практических занятий	Активные формы обучения*	Формы текущего контроля	Трудоемкость (академических часов)
1	Факторы риска здоровью. Здоровый образ жизни	ПЗ.1 Режим дня, труда и отдыха, профилактика возникновения переутомления	ГД АС	Собеседование тестирование	4
		ПЗ.2 Профилактика нарушений здоровья, связанных с гиподинамией.			4
		ПЗ.3 Профилактика факторов риска формирования зависимостей.			4
		ПЗ.4 Профилактика факторов риска возникновения социально-значимых инфекций			4
2	Здоровое питание, влияние на здоровье	ПЗ.5 Профилактика возникновения алиментарно зависимых заболеваний	ГД АС	Собеседование тестирование	4
3	Питьевая вода. Влияние на здоровье.	ПЗ.6 Гигиенические требования к качеству питьевой воды	ГД АС	Собеседование тестирование	4
4	Факторы риска жилой среды и их профилактика	ПЗ.7 Профилактика влияние факторов жилой среды на здоровье населения	ГД АС	Собеседование тестирование	4

5	Здоровье на рабочем месте	ПЗ.8 Профилактика воздействия на здоровье производственных факторов риска	ГД АС	Собеседование тестирование	4
6	Факторы риска для здоровья детей и подростков и их профилактика	ПЗ.9 Профилактика школьных и семейных факторов риска для здоровья детей и подростков ПЗ.10 Питание детей и подростков: от профилактики к здоровью	ГД АС	Собеседование тестирование	4
					4
7	Среда обитания и здоровье	ПЗ.11 Организация обращения с ТКО и медицинскими отходами как здоровьесберегающая технология ПЗ.12 Факторы риска, связанные с рекреационной активностью	ГД АС	Собеседование тестирование	4
					4
ИТОГО:					48

ГД- групповая дискуссия

АС- анализ ситуация

5.4. Тематический план семинаров – не предусмотрен

5.5. Тематический план лабораторных работ – не предусмотрен

5.6 Самостоятельная работа:

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Виды самостоятельной работы	Формы текущего контроля	Трудоемкость (академических часов)
1	Факторы риска здоровью. Здоровый образ жизни	Работа с учебной литературой см. пункт. 8.1. Работа с нормативными документами см.п.5.6.1 Подготовка к зачету	Собеседование тестирование	6
2	Здоровое питание, влияние на здоровье	Работа с учебной литературой см. пункт. 8.1. Работа с нормативными документами см.п.5.6.1 Подготовка к зачету	Собеседование тестирование	6
3	Питьевая вода. Влияние на здоровье.	Работа с учебной литературой см. пункт. 8.1. Работа с нормативными документами см.п.5.6.1 Подготовка к зачету	Собеседование тестирование	6
4	Факторы риска жилой среды и их профилактика	Работа с учебной литературой см. пункт. 8.1. Работа с нормативными документами см.п.5.6.1 Подготовка к зачету	Собеседование тестирование	6
5	Здоровье на рабочем месте	Работа с учебной литературой см. пункт. 8.1. Работа с нормативными документами см.п.5.6.1 Подготовка к зачету	Собеседование тестирование	6

6	Факторы риска для здоровья детей и подростков и их профилактика	Работа с учебной литературой см. пункт. 8.1. Работа с нормативными документами см.п.5.6.1 Подготовка к зачету	Собеседование тестирование	6
7	Среда обитания и здоровье	Работа с учебной литературой см. пункт. 8.1. Работа с нормативными документами см.п.5.6.1 Подготовка к зачету	Собеседование тестирование	6
			ИТОГО:	42

5.6.1. Перечень нормативных документов:

1. Федеральный закон от 30.03.1999 № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»
2. Закон РФ от 07.02.1992 N 2300-1 «О защите прав потребителей»
3. Федеральный закон от 08.01.1998 № 3-ФЗ «О наркотических средствах и психотропных веществах»
4. Федеральный закон от 10.01.2002 № 7-ФЗ «Об охране окружающей среды»
5. Федеральный закон от 27.07.2006 № 149-ФЗ «Об информации, информационных технологиях и о защите информации»
6. Федеральный закон от 29.12.2006 № 244-ФЗ «О государственном регулировании деятельности по организации и проведению азартных игр и о внесении изменений в некоторые законодательные акты Российской Федерации»
7. Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»
8. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»
9. Федеральный закон от 23.02.2013 № 15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма, последствий потребления табака или потребления никотинсодержащей продукции»
10. Распоряжение Правительства РФ от 24.11.2020 N 3081-р «Об утверждении Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года»
11. Постановление Правительства РФ от 15.04.2014 № 302 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта»
12. Постановление Правительства РФ от 26.12.2017 № 1640 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие здравоохранения»
13. Приказ МЗ и СР РФ от 19.08.2009 № 597н «Об организации деятельности центров здоровья по формированию здорового образа жизни у граждан Российской Федерации, включая сокращение потребления алкоголя и табака» (вместе с «Требованиями к организации деятельности центров здоровья для взрослого населения по формированию здорового образа жизни у граждан Российской Федерации, включая сокращение потребления алкоголя и табака»)
14. Приказ Минздрава России от 10.08.2017 № 514н «О Порядке проведения профилактических медицинских осмотров несовершеннолетних»
15. Приказ Минздрава России от 13.03.2019 г. № 124н «Об утверждении порядка проведения профилактического медицинского осмотра и диспансеризации определенных групп взрослого населения».
16. Приказ Минздрава России от 29.03.2019 г № 173н «Об утверждении порядка проведения диспансерного наблюдения»

17. Приказ Минздрава России от 30.07.2019 № 575 «Об утверждении методики оценки среднедушевого потребления алкоголя в Российской Федерации»
18. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.02.2007 № 7 «Об усилении надзора за производством и оборотом алкогольной продукцией»
19. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.06.2009 № 46 «О надзоре за алкогольной продукцией»
20. «Паспорт приоритетного проекта «Формирование здорового образа жизни» (утв. президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и приоритетным проектам, протокол от 26.07.2017 № 8)
21. Постановление Правительства РФ № 1640 от 26.12.2017 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации "Развитие здравоохранения»
22. Указ Президента России В.В. Путина от 07 мая 2018 года «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»
23. «Паспорт национального проекта «Здравоохранение» (утв. президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол от 24.12.2018 № 16)
24. «Паспорт национального проекта «Демография» (утв. президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол от 24.12.2018 № 16)
25. «Прогноз долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2030 года» (разработан Минэкономразвития России)
26. «Временные методические рекомендации по организации проведения профилактических медицинских осмотров и диспансеризации в условиях сохранения рисков распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19). Версия 1 (06.07.2020)» (утв. Минздравом России 06.07.2020)
27. Приказ Минздрава России от 29 октября 2020 г. № 1177н «Об утверждении порядка организации и осуществления профилактики неинфекционных заболеваний и проведения мероприятий по формированию здорового образа жизни в медицинских организациях»
28. Приказ Минздрава России от 10.11.2020 № 1207н «Об утверждении учетной формы медицинской документации № 131/у «Карта учета профилактического медицинского осмотра (диспансеризации)», порядка ее ведения и формы отраслевой статистической отчетности № 131/о «Сведения о проведении профилактического медицинского осмотра и диспансеризации определенных групп взрослого населения», порядка ее заполнения и сроков представления»

6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Планирование и организация времени, необходимого для изучения дисциплины

Важным условием успешного освоения дисциплины является создание системы правильной организации труда, позволяющей распределить учебную нагрузку равномерно в соответствии с графиком образовательного процесса. Самоконтроль является необходимым условием успешной учебы. Все задания рекомендуется выполнять после изучения соответствующей темы лекционного курса, что способствует лучшему усвоению материала, позволяет своевременно выявить и устранить «пробелы» в знаниях, систематизировать ранее пройденный материал, на его основе приступить к овладению новыми знаниями и навыками.

Подготовка к лекциям

Конспектирование лекций – сложный вид аудиторной работы, предполагающий интенсивную умственную деятельность обучающегося. Конспект является полезным тогда, когда записано самое существенное и сделано это самим обучающимся. Не надо

стремиться записать дословно всю лекцию. Необходимо понять основную мысль, излагаемую лектором, а затем записать ее. Запись лучше осуществлять на одной странице листа или оставлять поля, на которых позднее, при самостоятельной работе с конспектом, можно сделать дополнительные записи, отметить непонятные места.

Конспект лекции лучше подразделять на пункты, соблюдая красную строку. Этому в большой степени будут способствовать вопросы плана лекции, предложенные преподавателям. Следует обращать внимание на акценты, выводы, которые делает лектор, отмечая наиболее важные моменты в лекционном материале замечаниями «важно», «хорошо запомнить» и т.п.

Работая над конспектом лекций, всегда необходимо использовать не только учебник, но и дополнительную литературу, которую рекомендовал лектор. Именно такая серьезная, кропотливая работа с лекционным материалом позволит глубоко овладеть теоретическим материалом.

Подготовка к практическим занятиям

В процессе подготовки к практическим занятиям, необходимо обратить особое внимание на самостоятельное изучение рекомендованной литературы. При всей полноте конспектирования лекции в ней невозможно изложить весь материал из-за лимита аудиторных часов. Поэтому самостоятельная работа с учебниками, учебными пособиями, научной, справочной литературой, материалами периодических изданий и Интернета является наиболее эффективным методом получения дополнительных знаний, позволяет значительно активизировать процесс овладения информацией, способствует более глубокому усвоению изучаемого материала, формирует правильное отношение к конкретной проблеме.

Рекомендации по работе с литературой

Работу с литературой целесообразно начать с изучения общих работ по теме, а также учебников и учебных пособий. Далее рекомендуется перейти к анализу монографий и статей, рассматривающих отдельные аспекты проблем, изучаемых в рамках курса, а также официальных материалов и неопубликованных документов (научно-исследовательские работы, диссертации), в которых могут содержаться основные вопросы изучаемой проблемы.

Работу с источниками надо начинать с ознакомительного чтения, т.е. просмотреть текст, выделяя его структурные единицы. При ознакомительном чтении закладками отмечаются те страницы, которые требуют более внимательного изучения.

В зависимости от результатов ознакомительного чтения выбирается дальнейший способ работы с источником. Если для разрешения поставленной задачи требуется изучение некоторых фрагментов текста, то используется метод выборочного чтения. Если в книге нет подробного оглавления, следует обратить внимание на предметные и именные указатели.

Избранные фрагменты или весь текст (если он целиком имеет отношение к теме) требуют вдумчивого, неторопливого чтения с «мысленной проработкой» материала. Такое чтение предполагает выделение: 1) главного в тексте; 2) основных аргументов; 3) выводов. Особое внимание следует обратить на то, вытекает тезис из аргументов или нет.

Следующим этапом работы с литературными источниками является создание конспектов, фиксирующих основные тезисы и аргументы. Можно делать записи на отдельных листах, которые потом легко систематизировать по отдельным темам изучаемого курса. Другой способ – это ведение тематических тетрадей-конспектов по одной какой-либо теме. Большие специальные работы монографического характера целесообразно конспектировать в отдельных тетрадях. Здесь важно вспомнить, что конспекты пишутся на одной стороне листа, с полями и достаточным для исправления и ремарок межстрочным расстоянием (эти правила соблюдаются для удобства редактирования). Если в конспектах приводятся цитаты, то непременно должно быть

дано указание на источник (автор, название, выходные данные, № страницы).

7. Оценочные материалы

Оценочные материалы по дисциплине для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся включают в себя примеры оценочных средств (Приложение А к рабочей программе дисциплины), процедуру и критерии оценивания.

8. Перечень учебной литературы и ресурсов сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

8.1. Учебная литература:

1. Медик, В. А. Общественное здоровье и здравоохранение [Электронный ресурс] : учебник / В. А. Медик, В. И. Лисицин. - 4-е изд. , перераб. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 496 с. : ил. - 496 с. - ISBN 978-5-9704-5610-1. - Текст : электронный // URL : <http://www.studmedlib.ru/book/ISBN9785970456101.html>
2. Кильдиярова Р. Р., Основы формирования здоровья детей [Электронный ресурс] / Р. Р. Кильдиярова, В. И. Макарова, Ю. Ф. Лобанов - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 328 с. - ISBN 978-5-9704-3832-9 - Режим доступа: <http://www.studmedlib.ru/book/ISBN9785970438329.html>
3. Хрусталеv Ю.М., Биоэтика. Философия сохранения жизни и сбережения здоровья [Электронный ресурс] : учебник / Ю.М. Хрусталеv. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 400 с. - ISBN 978-5-9704-4093-3 - Режим доступа: <http://www.studmedlib.ru/book/ISBN9785970440933.html>
4. Тайц Б.М. «10П медицина» в решении вопросов снижения смертности, увеличения продолжительности и повышения качества жизни пожилого населения. Клиническая геронтология. 2021; 27 (11-12): 76-79. <https://doi.org/10.26347/1607-2499202111-12076-079>
5. Основы профилактической деятельности (ПМ.01) / Н.Г. Петрова. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2018. - 509 с. - ISBN 978-5-222-26387-7. - URL: <https://www.ibooks.ru/bookshelf/352012/reading>
6. Неинфекционные заболевания. Информационный бюллетень. Июнь 2018г. [Электронный ресурс]: ВОЗ. – Режим доступа: <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>
7. Формирование здоровьe сберегающего поведения у населения – одно из направлений профилактики заболеваний. Сборник презентаций лекций и семинаров: учебное пособие по гигиеническому воспитанию, обучению и медицинскому консультированию населения для медицинских работников и преподавателей. Часть 1 / под. ред. А.В.Мельцера, И.А.Мишкич. – СПб.: Изд-во СЗГМУ им. И.И. Мечникова, 2015. – 184 с. https://sdo.szgmu.ru/pluginfile.php/512780/mod_resource/content/4/%D0%A4%D0%BE%D1%80%D0%BC%D0%B8%D1%80%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B5%20%D0%B7%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%D1%8C%D0%B5%D1%81%D0%B1%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%B3%D0%B0%D1%8E%D1%89%D0%B5%D0%B3%D0%BE%20%D0%BF%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D0%B4%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F%D0%A71.pdf

8.2. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

Наименования ресурса сети «Интернет»	Электронный адрес ресурса
Сайт Роспотребнадзора РФ	www.rospotrebnadzor.ru
Сайт Всемирной организации здравоохранения	https://www.who.int/ru

Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU	https://elibrary.ru/project_orgs.asp
EastView Медицина и здравоохранение в России	https://dlib.eastview.com/
Журналы издательства МедиаСфера	https://www.mediasphera.ru/

9. Перечень информационных технологий, используемых для освоения дисциплины, включая перечень программного обеспечения, профессиональных баз данных и информационных справочных систем

9.1.Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса:

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Информационные технологии
1	Факторы риска здоровью. Здоровый образ жизни	размещение учебных материалов в ЭИОС ФГБОУ ВО СЗГМУ им. И.И. Мечникова Минздрава России, https://sdo.szgmu.ru/course/index.php?categoryid=3755
2	Здоровое питание. Влияние на здоровье	
3	Питьевая вода. Влияние на здоровье	
4	Факторы риска жилой среды и их профилактика	
5	Здоровье на рабочем месте	
6	Факторы риска для здоровья детей и подростков и их профилактика	
7	Среда обитания и здоровье	

9.2.Перечень программного обеспечения, используемого при осуществлении образовательного процесса (лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства):

№ п/п	Наименование программного продукта	Срок действия лицензии	Документы, подтверждающие право использования программных продуктов
лицензионное программное обеспечение			
1.	Dr. Web	1 год	Контракт № 175/2022-ЗК
2.	MS Windows 8 MS Windows 8.1 MS Windows 10 MS Windows Server 2012 Datacenter - 2 Proc MS Windows Server 2012 R2 Datacenter - 2 Proc MS Windows Server 2016 Datacenter Core	Неограниченно	Государственный контракт № 30/2013-О; Государственный контракт № 399/2013-ОА; Государственный контракт № 07/2017-ЭА.
3.	MS Office 2010 MS Office 2013	Неограниченно	Государственный контракт № 30/2013-ОА; Государственный контракт № 399/2013-ОА.
4.	Academic LabVIEW Premium Suite (1 User)	Неограниченно	Государственный контракт № 02/2015
лицензионное программное обеспечение отечественного производства			

1.	Антиплагиат	1 год	Контракт № 6659
2.	«WEBINAR (ВЕБИНАР)» ВЕРСИЯ 3.0	1 год	Контракт № 261/2023-ЭА
3.	«Среда электронного обучения ЗКЛ»	1 год	Контракт № 254/2023-ЭА
4.	TrueConf Enterprise	1 год	Контракт № 373/2022-ЭА
свободно распространяемое программное обеспечение			
1.	Google Chrome	Неограниченно	Открытое лицензионное соглашение GNU GeneralPublicLicense
свободно распространяемое программное обеспечение отечественного производства			
1.	Moodle	Неограниченно	Открытое лицензионное соглашение GNU GeneralPublicLicense

9.3. Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем:

№ п/п	Наименование программного продукта	Срок действия лицензии	Документы, подтверждающие право использования программных продуктов	Режим доступа для обучающихся – инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья
1.	Консультант Плюс	1 год	Контракт № 1067/2021-ЭА	-
2.	ЭБС «Консультант студента»	1 год	Контракт № 152/2022-ЭА	http://www.studmedlib.ru/
3.	ЭМБ «Консультант врача»	1 год	Контракт № 307/2021-ЭА	http://www.rosmedlib.ru/
4.	ЭБС «Айбукс.ру/ibooks.ru»	1 год	Контракт № 388/2022-ЭА	https://ibooks.ru
5.	ЭБС «IPRBooks»	1 год	Контракт № 387/2022-ЭА	http://www.iprbookshop.ru/special
6.	Электронно-библиотечная система «Букап»	1 год	Контракт № 345/2022-ЭА	https://www.books-up.ru/
7.	ЭБС «Издательство Лань»	1 год	Контракт № 311/2022-ЭА	https://e.lanbook.com/
8.	Образовательная платформа ЮРАЙТ	1 год	Контракт № 418/2021-М	https://urait.ru/

10. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебные аудитории для проведения учебных занятий лекционного типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, оснащенные оборудованием и техническими средствами обучения: г. Санкт-Петербург, Пискаревский проспект, д. 47, лит АЕ (корп.32), ауд. № 1, ФГБОУ ВО СЗГМУ им. И.И. Мечникова Минздрава России; Оборудование: доска (меловая); стол преподавателя, стул преподавателя, стол студенческий четырёхместный, стулья студенческий; Технические средства обучения: мультимедиа-проектор, экран, ноутбук преподавателя, системный блок, монитор.

Специальные технические средства обучения: Roger Pen (Индивидуальный беспроводной передатчик Roger в форме ручки), Roger MyLink (приемник сигнала системы Roger Pen) (для обучающихся с нарушениями слуха); IntelliKeys (проводная клавиатура с русским шрифтом Брайля с матовым покрытием черного цвета), (г. Санкт-Петербург, Пискаревский проспект, д. 47, лит Р (корп.9), ауд. №№ 18,19, ФГБОУ ВО СЗГМУ им. И.И. Мечникова Минздрава России).

Учебные аудитории для проведения учебных занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, оснащенные оборудованием и техническими средствами обучения: г. Санкт-Петербург, Пискаревский проспект, д. 47, лит АЕ (корп.32), ауд. № 1, ФГБОУ ВО СЗГМУ им. И.И. Мечникова Минздрава России;

Оборудование: доска (меловая); стол преподавателя, стул преподавателя, стол студенческий четырёхместный, стулья студенческий;

Технические средства обучения: мультимедиа-проектор, экран, ноутбук преподавателя, системный блок, монитор.

Специальные технические средства обучения: Roger Pen (Индивидуальный беспроводной передатчик Roger в форме ручки), Roger MyLink (приемник сигнала системы Roger Pen) (для обучающихся с нарушениями слуха); IntelliKeys (проводная клавиатура с русским шрифтом Брайля с матовым покрытием черного цвета),

(г. Санкт-Петербург, Пискаревский проспект, д. 47, лит Р (корп.9), ауд. №№ 18,19, ФГБОУ ВО СЗГМУ им. И.И. Мечникова Минздрава России).

Помещения для самостоятельной работы обучающихся, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспеченные доступом к электронной информационно-образовательной среде Университета: г. Санкт-Петербург, Пискаревский проспект, д. 47, лит АЕ (корп.32), ауд. № 1, лит Р (корп.9), ауд. №№ 18,19 ФГБОУ ВО СЗГМУ им. И.И. Мечникова Минздрава России.

Министерство здравоохранения Российской Федерации
**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Северо-Западный государственный медицинский университет
имени И.И. Мечникова»
Министерства здравоохранения Российской Федерации**
(ФГБОУ ВО СЗГМУ им. И.И. Мечникова Минздрава России)

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

(для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся)

Специальность:	31.05.01 Лечебное дело
Направленность:	Организация и оказание первичной медико-санитарной помощи взрослому населению на принципах доказательной медицины
Наименование дисциплины:	Поведенческие факторы риска, здоровье сберегающее поведение

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине

Код индикатора достижения компетенции	Результаты обучения (показатели оценивания)	Оценочные средства
ИД-2 УК-7.2.	<p>знает здоровьесберегающие технологии и методы оценки уровня физического здоровья, психического и душевного состояния человека</p> <p>умеет оценить свой образ жизни с позиции полученных знаний, определить характер действия поведенческих факторов риска на организм</p> <p>имеет навык применения здоровьесберегающих технологий для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей собственного организма</p>	Контрольные вопросы, Тестовые задания, Проектное задание
ИД-3 УК-7.3.	<p>знает основные понятия и составляющие режима дня, методы самоконтроля физиологических показателей собственного организма</p> <p>умеет применить полученные знания для обеспечения распорядка собственной деятельности для сохранения работоспособности</p> <p>имеет навык планирования режима дня для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки</p>	Контрольные вопросы, Тестовые задания,
ИД-4 УК-7.4.	<p>знает основные гигиенические мероприятия оздоровительного характера</p> <p>умеет применять полученные знания для сохранения собственного здоровья и решения профессиональных задач</p> <p>имеет навык соблюдения здоровьесберегающего поведения в различных жизненных ситуациях</p>	Контрольные вопросы, Тестовые задания, Проектное задание
ИД-1 ОПК-2.1.	<p>знает современные информационные технологии, формы и методы работы с населением по вопросам здорового образа жизни</p> <p>умеет проводить воспитательную и образовательную работу с населением по вопросам профилактики заболеваний</p> <p>имеет навык профессионального общения с населением с учетом пола, возраста, профессии и показателей здоровья</p>	Контрольные вопросы, Тестовые задания, Проектное задание
ИД-2 ОПК-2.2.	<p>знает понятия о психолого-педагогических аспектах медико-профилактической воспитательной и образовательной деятельности в работе с населением по формированию здорового образа жизни и профилактики заболеваний</p> <p>умеет проводить беседу по отдельным проблемам сохранения здоровья и повышению грамотности населения в вопросах профилактики заболеваний</p> <p>имеет навык взаимодействия с населением по вопросам формирования здоровьесберегающего поведения</p>	Контрольные вопросы, Тестовые задания, Проектное задание
ИД-3 ОПК-2.3.	знает о современных методах профилактики массовых неинфекционных заболеваний, социально значимых инфекций и болезней зависимости	Контрольные вопросы, Тестовые задания,

	умеет использовать знания и умения для формирования здоровьесберегающего поведения и составления индивидуальной программы управления здоровьем	Проектное задание
	имеет навык оценки мероприятий по профилактике заболеваний	
ИД-1 ПК-6.1.	знает понятия о здоровье, медицинской активности, факторах риска среды обитания, их влиянии на организм, методах профилактики, о формировании здорового образа жизни населения	Контрольные вопросы, Тестовые задания, Проектное задание
	умеет взаимодействовать с населением по вопросам сохранения здоровья, здорового образа жизни и профилактике заболеваний	
	имеет навык разработки мероприятий, направленных на санитарно-гигиеническое просвещение населения	

2. Примеры оценочных средств и критерии оценивания для проведения текущего контроля

2.1. Примеры входного контроля

Пути снижения негативного влияния факторов риска на человека

- 1) формирование у населения мотивации к здоровому образу жизни
- 2) совершенствование больнично-поликлинической помощи населению
- 3) проведение массовых тематических акций с населением
- 4) повышение компетенции врачей в области профилактики

Критерии оценки, шкала оценивания *зачтено/не зачтено*

Оценка	Описание
«зачтено»	Демонстрирует полное понимание проблемы. Все требования, предъявляемые к заданию выполнены
«не зачтено»	Демонстрирует непонимание проблемы. Многие требования, предъявляемые к заданию не выполнены. Нет ответа.

2.2. Примеры тестовых заданий:

1. УК-7.2.

Название вопроса: Вопрос № 1

Поведение человека для профилактики и при возникновении заболевания характеризует уровень его медицинской

- 1) активности
- 2) позитивности
- 3) реактивности
- 4) адекватности

2. УК-7.3.

Название вопроса: Вопрос № 2

«Утренний» пик работоспособности человека приходится на _____ часов

- 1) 10-12
- 2) 6-8
- 3) 8-10
- 4) 12-14

3. УК-7.4.

Название вопроса: Вопрос № 3

Наибольшее влияние на формирование здоровья населения оказывает:

- 1) образ жизни населения
- 2) генетический риск
- 3) окружающая среда
- 4) уровень и качество медицинской помощи

4. ОПК-2.1.

Название вопроса: Вопрос № 4

Одним из основных методов изучения образа жизни населения является

- 1) анкетирование
- 2) тестирование
- 3) объективное обследование
- 4) экспертное заключение

5. ОПК-2.2.

Название вопроса: Вопрос № 5

К средствам наглядной (изобразительной) пропаганды гигиенических знаний, относят:

- а) музеи
- б) радио
- в) статьи
- г) дискуссии

6. ОПК-2.3.

Название вопроса: Вопрос № 6

К социально значимым неинфекционным заболеваниям относятся

- 1) психические расстройства
- 2) болезни кожи и подкожной клетчатки
- 3) болезни костно-мышечной системы
- 4) болезни глаза и его придаточного аппарата

7. ПК-6.1.

Название вопроса: Вопрос № 7

Групповое профилактическое консультирование включает

- 1) лекции, семинары
- 2) убеждение курильщика бросить курить
- 3) консультирование матери по вскармливанию ребенка
- 4) инструктаж пациента по планированию семьи

Критерии оценки, шкала оценивания *тестовых заданий*

Оценка	Балл	Описание
«отлично»	46-60	Выполнено в полном объеме – 90%-100%
«хорошо»	31-45	Выполнено не в полном объеме – 80%-89%
«удовлетворительно»	16-30	Выполнено с отклонением – 70%-79%
«неудовлетворительно»	0- 15	Выполнено частично – 69% и менее правильных ответов

3. Процедура проведения текущего контроля

Текущий контроль успеваемости по дисциплине проводится в форме: тестовых заданий

4. Примеры оценочных средств и критерии оценивания для проведения промежуточной аттестации

4.1. Примерный перечень контрольных вопросов для собеседования:

1. **УК-7.2.**
Принципы здорового питания. Алиментарные факторы риска здоровью.
2. **УК-7.3.**
Режим дня. Режим труда и отдыха.
3. **УК-7.4.**
Факторы, способствующие формированию здорового образа жизни.
4. **ОПК-2.1.**
Значение ответственного поведения родителей в формировании здоровья детей.
5. **ОПК-2.2.**
Формы и методы работы с населением по вопросам формирования здоровьесберегающего поведения.
6. **ОПК-2.3.**
Современные информационные технологии работы с населением по вопросам здорового образа жизни.
7. **ПК-6.1**
Виды профилактической работы – массовая, групповая, индивидуальная.

Критерии оценки, шкала оценивания по контрольным вопросам

Оценка	Балл	Описание
«отлично»	13-15	Знает весь учебный материал, отлично понимает и прочно усвоил его. На вопросы (в пределах программы) дает правильные, сознательные и уверенные ответы. В устных ответах пользуется литературно правильным языком и не допускает ошибок
«хорошо»	8-12	Знает весь требуемый учебный материал, хорошо понимает и прочно усвоил его. На вопросы (в пределах программы) отвечает без затруднений. В устных ответах пользуется литературным языком и не делает грубых ошибок
«удовлетворительно»	6-7	Знает основной учебный материал. На вопросы (в пределах программы) отвечает с затруднением. В устных ответах допускает ошибки при изложении материала и в построении речи
«неудовлетворительно»	0-5	Не знает большей части учебного материала, отвечает, как правило, лишь на наводящие вопросы преподавателя, неуверенно. В устных ответах допускает частые и грубые ошибки

4.2. Примерный перечень тем проектного задания:

1. УК-7.2. Факторы риска здоровью и управление ими – как я это понимаю
2. Учебная среда – как сделать ее здоровой
3. УК-7.4. Болезни зависимости и их профилактика
4. ОПК-2.1. Формирование мотивации населения к ведению здорового образа жизни
5. ОПК-2.2 Профилактика влияние факторов жилой среды на здоровье населения
6. ОПК-2.3. Питание детей и подростков: от профилактики к здоровью
7. ПК-6.1. Среда обитания и здоровье.

Критерии оценки, шкала оценивания проектного задания

Оценка	Балл	Описание
--------	------	----------

Оценка	Балл	Описание
«отлично»	13-15	Представлена собственная точка зрения (позиция, отношение) при раскрытии проблемы: проблема полностью раскрыта на теоретическом уровне, в связях и с обоснованиями, с корректным использованием обществоведческих терминов и понятий в контексте ответа; предоставлена аргументация своего мнения с опорой на факты общественной жизни или личный социальный опыт
«хорошо»	8-12	Представлена собственная точка зрения (позиция, отношение) при раскрытии проблемы: проблема раскрыта на теоретическом уровне, с использованием обществоведческих терминов и понятий в контексте ответа, теоретические связи и обоснования не присутствуют или явно не прослеживаются; предоставлена аргументация своего мнения с опорой на личный социальный опыт
«удовлетворительно»	6-7	Собственная точка зрения (позиция, отношение) при раскрытии проблемы представлена слабо: проблема раскрыта при формальном использовании обществоведческих терминов; предоставлена аргументация своего мнения с опорой на факты общественной жизни или личный социальный опыт без теоретического обоснования
«неудовлетворительно»	0-5	Не представлена собственная точка зрения (позиция, отношение) при раскрытии проблемы: проблема раскрыта на бытовом уровне; аргументация своего мнения слабо связана с фактами общественной жизни

Критерии оценки, шкала итогового оценивания (*зачет*)

Оценка	Балл	Описание
«зачтено»	11-30	Демонстрирует полное понимание проблемы. Знает основные понятия в рамках обсуждаемого вопроса, методы изучения и их взаимосвязь между собой, практические проблемы и имеет представление о перспективных направлениях разработки рассматриваемого вопроса
«не зачтено»	0-10	Демонстрирует непонимание проблемы. Не знает основные понятия, методы изучения, в рамках обсуждаемого вопроса не имеет представления об основных практических проблемах

5. Процедура проведения промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета. Зачет включает в себя: собеседование по контрольным вопросам, проектное задание.