Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Нилова Екатерина Викторовна
Должность: Директор
Дата подписания: 05.02.2025 14:10:00
Уникальный программный ключ:
02C8 4F90 008A B230 9845 B4E4 6D85 DDCA 3A
Срок действия: с 20.02.2025 по 20.05.2026

АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ
ПРОФЕССИОНАЛЬНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
«УРЮПИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ БИЗНЕСА»

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора
по учебной работе
_____ Л.А. Дьякова
«22» февраля 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования

по специальности **39.02.01** **Социальная работа**
(код) (Наименование специальности / профессии)

Основы валеологии и социальной медицины
(Наименование дисциплины)

Кафедра разработчик **общеобразовательных и правовых дисциплин**

Год набора **2024**

2024 г.

Рабочая программа учебной дисциплины
Основы валеологии и социальной медицины
(наименование дисциплины согласно учебному плану)

Составлена **Криворотовой Еленой Сергеевной**
(Ф.И.О.)

Обсуждена и рекомендована к утверждению решением кафедры
общеобразовательных и правовых дисциплин
(полное наименование кафедры)

от
19.01.2024 г. протокол № 5
(дата протокола) *(номер протокола)*

Заведующий кафедрой _____ **Н.М. Лещенко**
(подпись) *(инициалы, фамилия)*

Согласовано с выпускающей кафедрой
общеобразовательных и правовых дисциплин
(полное наименование выпускающей кафедры)

Заведующий выпускающей кафедрой _____ **Н.М. Лещенко**
(подпись) *(инициалы, фамилия)*

Одобрена Методическим советом

от
21.02.2024 г. протокол № 3
(дата протокола) *(номер протокола)*

Председатель

_____ **Л.А. Дьякова**
(подпись) *(инициалы, фамилия)*

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	9
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	10

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Программа общеобразовательной учебной дисциплины ОП.04 «Основы валеологии и социальной медицины» предназначена для реализации требований Федерального государственного образовательного стандарта, и является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности СПО

39.02.01 **Социальная работа**

(код) (наименование специальности)

и в результате освоения дисциплины ОП.04 «Основы валеологии и социальной медицины» осуществляется формирование **общих компетенций (ОК. 8):**

ОК. 8 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

и профессиональных компетенций (ПК.5):

ПК 5. Проводить мероприятия по профилактике возникновения обстоятельств, ухудшающих или способных ухудшить условия жизнедеятельности лиц пожилого возраста, инвалидов, различных категорий семей и детей (в том числе детей-инвалидов), граждан, находящихся в трудной жизненной ситуации и/или в социально опасном положении.

В ходе освоения общеобразовательного профессионального цикла дисциплин программы подготовки специалистов среднего звена, формируется следующие **личностные результаты:**

Код	Личностные результаты реализации программы воспитания *(дескрипторы)*
ЛР 1	Осознающий себя гражданином и защитником великой страны
ЛР 2	Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций.
ЛР 3	Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих
ЛР 4	Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде личностно и профессионального конструктивного «цифрового следа».

ЛР 6	Проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских движениях
ЛР 7	Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.
ЛР 9	Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях
ЛР 10	Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой.
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные отраслевыми требованиями к деловым качествам личности	
ЛР 13	Демонстрирующий умение эффективно взаимодействовать в команде, вести диалог, в том числе с использованием средств коммуникации
ЛР 14	Демонстрирующий навыки анализа и интерпретации информации из различных источников с учетом нормативно-правовых норм
ЛР 15	Демонстрирующий готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности.
ЛР 16	Самостоятельный и ответственный в принятии решений во всех сферах своей деятельности, готовый к исполнению разнообразных социальных ролей, востребованных бизнесом, обществом и государством.
ЛР 17	Открытый к текущим и перспективным изменениям в мире труда и профессий.
ЛР 19	Мотивированный к освоению функционально близких видов профессиональной деятельности, имеющих общие объекты (условия, цели) труда, либо иные схожие характеристики.
ЛР 21	Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.

1.2. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины

в результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

- роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- основы здорового образа жизни;
- условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности;
- средства профилактики перенапряжения;
- структуры, способные оказать помощь в преобразовании ситуации лицам пожилого возраста и инвалидам. Система социальных служб и учреждений социального обслуживания на региональном и муниципальном уровне, их цели, задачи и функции.

в результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;
- пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной
- специальности анализировать обстоятельства, ухудшающие условия их жизнедеятельности;
- осуществлять профессиональную деятельность с позиции «рядом с клиентом» активизировать потенциал собственных сил и возможностей пожилого человека, инвалида.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	***Объем часов***
Максимальная учебная нагрузка (всего)	*36*
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	*32*
в том числе:	
лабораторные занятия	-
практические занятия	*16*
контрольные работы	-
курсовая работа (проект) (если предусмотрено)	-
консультации	*2*
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	*2*
в том числе:	
самостоятельная работа над курсовой работой (проектом) (если предусмотрено)	-
Промежуточная аттестация	*2*
Итоговая аттестация в форме диф.зачета	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала	Объем часов	Коды компетенций, личностных результатов формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	
Раздел 1.	**Здоровье населения и методы его изучения**		
Введение	**Содержание учебного материала: Предмет, содержание и задачи дисциплины.**		
Тема 1.1. Здоровье – понятие и его содержание	***Содержание учебного материала:*** *Определение понятия «здоровье». Факторы, влияющие на сохранение и укрепление здоровья: образ жизни, наследственность, окружающая среда и другие.* *Системный подход в решении проблем здоровья.*	*2*	ОК 08, ПК 5
	Практическое занятие № 1 *Закономерности и тенденции формирования и проявления отношения человека к здоровью.*	*2*	
	Самостоятельная работа обучающихся: Междисциплинарные аспекты здоровья	*2*	
Тема 1.2. Валеология как наука об индивидуальном здоровье	***Содержание учебного материала:*** *Валеология как альтернативная медицина. Адаптации как часть валеологии.* *Понятие здорового образа жизни.*	*2*	ОК 08, ПК 5
	Практическое занятие № 2,3 Донозологическая диагностика, как часть валеологии. Валеология как часть здорового образа жизни.	*4*	
Тема 1.3. Социальная медицина как наука о закономерностях общественного здоровья, способах его	***Содержание учебного материала:*** *Междисциплинарный характер социальной медицины.* *Изучение социальных, психологических факторов, а также факторов окружающей среды, влияющих на здоровье и заболеваемость.* *Связь медицинской науки и практики социальной работы. Взаимосвязи между медициной и обществом.*	*2*	ОК 08, ПК 5
	Практическое занятие №4,5 Наиболее эффективные способы и средства преодоления болезней, повышения уровня общественного здоровья. Деятельность социальных работников, направленная на сохранение и укрепление здоровья.	*4*	

сохранения и укрепления.			
Раздел 2.	**Физическая культура и здоровый образ жизни.**		
Тема 2.1. Социальное благополучие как составляющая здоровья.	***Содержание учебного материала:*** *Социальные факторы, влияющие на индивидуальное и общественное здоровье. Факторы и группы риска заболеваний.*	*2*	ОК 08, ПК 5
	Практическое занятие №6 Социальная сущность наиболее распространенных и значимых болезней: алкоголизм, наркомания, нервно-психические, сердечно-сосудистые, онкологические, инфекционные заболевания, СПИД.	*2*	
Тема 2.2. Значение физической культуры и спорта в сохранении и укреплении здоровья.	***Содержание учебного материала:*** *Гиподинамия в современности. Значение движения для здоровья. Биопсихосоциальная концепция болезни, взаимосвязь организменного, личностного и социального уровней в оздоровлении движением. Кинезиотерапия. Физическая культура и спорт. Травматизм и инвалидизация в «большом» спорте.*	*2*	ОК 08, ПК 5
	Практическое занятие №7 Традиционные и современные физические оздоровительные практики. ЛФК.	*2*	
Тема 2.3. Организация индивидуальных и массовых оздоровительных мероприятий	***Содержание учебного материала*:** *Социальный статус оздоровительных мероприятий и его повышение. Спортивные праздники. Просветительские мероприятия. Мероприятия по активному долголетию.*	*2*	ОК 08, ПК 5
	Практическое занятие № 8 Варианты мероприятий для повышения статуса ЗОЖ.	*2*	
	Консультации: Просветительские мероприятия.	*2*	
	Промежуточная аттестация: Организация индивидуальных и массовых оздоровительных мероприятий	*2*	
Максимальная учебная нагрузка (всего)		***36***	
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)		***32***	
	Из них практических	***16***	
	Самостоятельная работа студента	***2***	
	Консультации	***2***	
	Промежуточная аттестация	***2***	
	ВСЕГО:	***36***	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:
1.– ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2.– репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)
3. – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия: учебного кабинета

Оборудование учебного кабинета:
1. посадочные места студентов;
2. рабочее место преподавателя;
3. рабочая меловая доска;
4. наглядные пособия (учебники, опорные конспекты, схемы, презентации, комплекты практических работ);

Технические средства обучения:
1. проекционный экран
2. ПК (ноутбук)
3. видеопроектор

3.2. Информационное обеспечение обучения

Основная учебная литература:

1. Основы социальной медицины : учебник для среднего профессионального образования / А. В. Мартыненко [и др.] ; под редакцией А. В. Мартыненко. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 375 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11055-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/539580
2. Петрушин, В. И. Психология здоровья : учебник для среднего профессионального образования / В. И. Петрушин, Н. В. Петрушина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 381 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11272-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/538147

Дополнительные источники:

1. Белинская, А. Б. Деонтология социальной работы : учебник для среднего профессионального образования / А. Б. Белинская. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 181 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-15092-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/544242

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Оценка результатов освоения дисциплины

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	**Формы и методы контроля и оценки результатов обучения**
Освоенные умения:	
• использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; • пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной • специальности анализировать обстоятельства, ухудшающие условия их жизнедеятельности; • осуществлять профессиональную деятельность с позиции «рядом с клиентом» активизировать потенциал собственных сил и возможностей пожилого человека, инвалида.	УО,ПКР,ПРВ, ЭК
Усвоенные знания:	
• роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; • основы здорового образа жизни; • условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; • средства профилактики перенапряжения; • структуры, способные оказать помощь в преобразовании ситуации лицам пожилого возраста и инвалидам. Система социальных служб и учреждений социального обслуживания на региональном и муниципальном уровне, их цели, задачи и функции.	УО, Т, ПКР, ПРВ, ЭК

ЭК – экзамен;
Т- тестирование;
УО – устный (фронтальный, индивидуальный, комбинированный) опрос;

ПКР – контрольная работа (аудиторные или домашние, индивидуальные, парные или групповые контрольные, самостоятельные работы, диктанты и т.д.);
ПРВ – проверка рефератов, конспектов, выполненных заданий и т.д.

4.2. Оценка освоения обучающимися учебной дисциплины в части достижения личностных результатов

Код	Критерии	Методы
ЛР 1	- проявление мировоззренческих установок на готовность молодых людей к работе на благо Отечества;	Наблюдение и оценка результатов формирования поведенческих навыков в ходе обучения
ЛР 2	- проявление правовой активности и навыков правомерного поведения, уважения к Закону;	Наблюдение и оценка результатов формирования поведенческих навыков в ходе обучения
ЛР 3	- соблюдение этических норм общения при взаимодействии с обучающимися, преподавателями, мастерами и руководителями практики;	Наблюдение и оценка результатов формирования поведенческих навыков в ходе обучения и при выполнении практических заданий
ЛР 4	- конструктивное взаимодействие в учебном коллективе/бригаде;	Наблюдение и оценка результатов формирования поведенческих навыков в ходе обучения
ЛР 6	- готовность к общению и взаимодействию с людьми самого разного статуса, этнической, религиозной принадлежности и в многообразных обстоятельствах;	Наблюдение и оценка результатов формирования поведенческих навыков в ходе обучения и при выполнении практических заданий
ЛР 7	- добровольческие инициативы по поддержки инвалидов и престарелых граждан;	Наблюдение и оценка результатов формирования поведенческих навыков в ходе обучения.
ЛР 9	- демонстрация навыков здорового образа жизни и высокий уровень культуры здоровья обучающихся;	Наблюдение и оценка результатов формирования поведенческих навыков в ходе обучения.
ЛР 10	- проявление экологической культуры, бережного отношения к родной земле, природным богатствам России и мира;	Наблюдение и оценка результатов формирования поведенческих навыков в ходе обучения.
ЛР13	- демонстрация навыков межличностного делового общения, социального имиджа;	Наблюдение и оценка результатов формирования поведенческих навыков в ходе обучения.
ЛР14	- проявление культуры потребления информации, умений и навыков пользования компьютерной техникой, навыков отбора и критического анализа информации, умения ориентироваться в информационном пространстве;	Наблюдение и оценка результатов формирования поведенческих навыков в ходе обучения и при выполнении практических заданий.
ЛР15	- участие в реализации просветительских программ, поисковых, археологических, военно-исторических, краеведческих отрядах и молодежных объединениях;	Наблюдение и оценка результатов формирования поведенческих навыков в ходе обучения и при выполнении практических заданий.

ЛР16	- проявление экономической и финансовой культуры, экономической грамотности, а также собственной адекватной позиции по отношению к социально-экономической действительности;	Наблюдение и оценка результатов формирования поведенческих навыков в ходе обучения.
ЛР 17	- демонстрация навыков межличностного делового общения, социального имиджа;	Наблюдение и оценка результатов формирования поведенческих навыков в ходе обучения.
ЛР 19	- участие в конкурсах профессионального мастерства и в командных проектах;	Наблюдение и оценка результатов формирования поведенческих навыков в ходе обучения.
ЛР 21	- проявление культуры потребления информации, умений и навыков пользования компьютерной техникой, навыков отбора и критического анализа информации, умения ориентироваться в информационном пространстве.	Наблюдение и оценка результатов формирования поведенческих навыков в ходе обучения.