

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой общественного
здоровья и здравоохранения
с курсом ФПКП,
профессор

Т.М.Шаршакова

28.05.2025

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ВАЛЕОЛОГИЯ» ДЛЯ СТУДЕНТОВ 3 КУРСА МЕДИКО-ДИАГНОСТИЧЕСКОГО ФАКУЛЬТЕТА ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ «МЕДИКО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЕ ДЕЛО» В 5 СЕМЕСТРЕ 2024/2025 УЧЕБНОГО ГОДА

Тема 1: ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ НАСЕЛЕНИЯ И ПУТИ ЕГО ФОРМИРОВАНИЯ.

Вопросы к занятию:

1. Валеология как наука: история развития.
2. Валеология как наука: цель, задачи, объект и предмет изучения, методы исследования.
3. Индивидуальная и общественная валеология: содержание понятий. Связь валеологии с другими науками.
4. Образ жизни и его структура. Категории условий жизни населения: уровень, качество, стиль и уклад жизни.
5. Здоровый образ жизни и его ведущие компоненты. Основные этапы формирования и пути мотивации населения к здоровому образу жизни.

Тема 2: УПРАВЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЕМ НАСЕЛЕНИЯ И ПРОГНОЗИРОВАНИЕ ЕГО СОСТОЯНИЯ.

Вопросы к занятию:

1. Здоровье индивидуальное и популяционное. Факторы устойчивости и факторы риска здоровью человека, режимы управления его состоянием.
2. Механизмы, способы, пути и средства сохранения, укрепления и воспроизводства здоровья.
3. Донозологические и морбидные показатели здоровья. Методы и средства диагностики здоровья на индивидуальном и коллективном уровнях.
4. Экспресс-диагностика здоровья.
5. Прогноз состояния здоровья коллектива и обоснование актуальных направлений профилактики его нарушений на основе определения индекса нездоровья.

Пр.р. Прогноз состояния здоровья коллектива и обоснование актуальных направлений профилактики его нарушений на основе определения индекса нездоровья.

Тема 3: МНОГОФАКТОРНОСТЬ ПРИРОДЫ ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА И РИСКОЛОГИЧЕСКИЙ ПОДХОД В ЕГО УПРАВЛЕНИИ.

Вопросы к занятию:

1. Многофакторная обусловленность природы здоровья человека.
2. Ранговое распределение причинных факторов здоровья на коллективном и индивидуальном уровнях и их роль в организации мероприятий по формированию приверженности населения к здоровому образу жизни.
3. Слагаемые риска заболевания. Распределение факторов риска при различных хронических заболеваниях и травмах.

Пр.р. Выявление актуальных неинфекционных заболеваний населения и ведущих факторов риска их формирования на коллективном уровне.

Тема 4: ВАЛЕОГРАМОТНОСТЬ КАК ОДИН ИЗ МОТИВОВ ЗДРАВОТВОРЧЕСТВА.

Вопросы к занятию:

1. Валеограмотность, валеологическое образование, валеологическое воспитание и валеологическая культура: определение и содержание понятий.
2. Основы здоровьесформирующего поведения: здоровое и безопасное питание, рациональный режим труда и отдыха, создание благоприятных условий среды обитания, применение оздоровительного влияния факторов окружающей среды, оптимальное физическое воспитание и закаливание, личная и общественная гигиена.
3. Определение уровня валеологических знаний населения.
4. Социологические исследования: требования к составлению и содержанию анкеты, правила проведения и критерии достоверности результатов социологических исследований.

Пр.р. Составление анкеты для диагностики факторов риска наиболее распространенных заболеваний.

Тема 5: ВАЛЕОДИАГНОСТИКА И ВАЛЕОГЕНЕЗ.

Вопросы к занятию:

1. Валеодиагностика и валеогенез: определение и содержание понятий.
2. Методы диагностики и прямые показатели здоровья.
3. Физический статус населения, показатели его характеризующие.

Пр.р. Определение биологического возраста, физического статуса и адаптационных резервов организма (расчет потенциала системы кровообращения, биоимпедансометрия) с установлением степени индивидуального риска. Выявление групп риска нарушения здоровья.

Тема 6: КУЛЬТУРА И СИСТЕМЫ ЗАЩИТЫ ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА.

Вопросы к занятию:

1. Культура здоровья: определение и содержания понятия.
2. Системы защиты здоровья и методы диагностики их состояния. Способы защитного поведения.
3. Роль иммунологического (в т.ч. микробиоценоза) и психоэмоционального статуса, зрения и осанки, стоматологического и репродуктивного здоровья в общей системе защиты здоровья. Оценка их состояния.

Тема 7: ПРОФИЛАКТИКА ЗДОРОВЬЕРАЗРУШАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ.

Вопросы к занятию:

1. Актуальные аспекты и ведущие направления профилактики неинфекционных заболеваний населения.
2. Основы безопасного поведения: профилактика инфекций, передающихся половым путем, профилактика вредных привычек и зависимостей.
3. Валеоготовность как готовность к реализации принципов здорового образа жизни, основанная на самоанализе и профилактике здоровьеразрушающего поведения.

Пр.р. Диагностика подверженности рискованному поведению. Разработка модели связанного со здоровьем (саногенного) поведения

Тема 8: МЕТОДЫ, ФОРМЫ И СРЕДСТВА ГИГИЕНИЧЕСКОГО ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ.

Вопросы к занятию:

1. Гигиеническое обучение и воспитание населения – основа формирования здорового образа жизни: принципы организации, целевые направления и уровни реализации.
2. Основные задачи и виды деятельности врача-специалиста в области гигиенического обучения и воспитания населения.
3. Принципы гигиенического обучения и воспитания.

4. Методы, формы и средства гигиенического обучения и воспитания населения и их сравнительная характеристика.

Пр.р. Демонстрация различных средств гигиенического обучения и воспитания населения и их сравнительный анализ.

Тема 9: ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ РАЗЛИЧНЫХ КАТЕГОРИЙ НАСЕЛЕНИЯ.

Вопросы к занятию:

1. Организация работы по формированию здорового образа жизни с различными категориями населения. Индивидуальная, групповая и массовая формы профилактической работы с населением: содержание, отличительные особенности и эффективность применения в зависимости от целевой группы.

2. Понятие о целевой аудитории и ее критериальных признаках для оценки ситуации при выборе средств гигиенического обучения и воспитания.

3. Выбор содержания, метода, формы, средства и способа подачи информации по гигиеническому обучению и воспитанию в зависимости от сложившейся ситуации и вида целевой аудитории.

Тема 10: РЕАЛИЗАЦИЯ ПРИНЦИПА «РАВНЫЙ ОБУЧАЕТ РАВНОГО».

Вопросы к занятию:

1. Уровни формирования гигиенической культуры населения.

2. Виды и способы мотивации к выбору здорового стиля жизни.

3. Технология гигиенического обучения населения по принципу «равный обучает равного»: содержание, особенности и эффективность реализации.

Пр.р. Демонстрация применения различных методов и средств гигиенического обучения и воспитания населения в зависимости от сложившейся ситуации и вида целевой аудитории.

Тема 11: СИСТЕМА ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ НАСЕЛЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ.

Вопросы к занятию:

1. Актуальные аспекты формирования здорового образа жизни.

2. Система формирования здорового образа жизни населения и нормативное правовое обеспечение ее функционирования в Республике Беларусь.

3. Межотраслевое и межведомственное взаимодействие по вопросам формирования общественного здоровья и его методическое обеспечение.

4. Крупномасштабные акции по формированию здорового образа жизни населения.

5. Стратегическая цель современного развития профилактики, ключевые задачи и первоочередные меры в области улучшения здоровья населения

Тема 12: ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ УЧРЕЖДЕНИЙ ГОСУДАРСТВЕННОГО САНИТАРНОГО НАДЗОРА ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ НАСЕЛЕНИЯ.

Вопросы к занятию:

1. Основные задачи здравоохранения в области гигиенического обучения и воспитания населения.

2. Роль центров гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья в формировании здорового образа жизни населения: основные задачи и виды деятельности, ведущие формы работы.

3. Врач по медицинской профилактике в системе здравоохранения Республики Беларусь. Функциональные обязанности, принципы планирования, содержание, методы и средства работы врача по медицинской профилактике.

4. Особенности проведения обучающих семинаров, тренингов, круглых столов и информационно-методических дней.

ТЕМА 13: ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ВРАЧА-СПЕЦИАЛИСТА СО СРЕДСТВАМИ МАССОВОЙ ИНФОРМАЦИИ

Вопросы к занятию:

1. Взаимодействие врача-специалиста со средствами массовой информации: виды, способы проведения мероприятий и порядок их организации.

Пр.р. Подготовка и демонстрация материала для средств массовой информации (пресс-релиза для анонсирования предстоящего события, сообщения или статьи на медицинскую тематику и др.).

Тема 14: ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКИХ УЧРЕЖДЕНИЙ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ НАСЕЛЕНИЯ.

Вопросы к занятию:

1. Основные задачи, направления и содержание деятельности лечебно-профилактических организаций и их структурных подразделений в области формирования здорового образа жизни и медико-информационного обеспечения населения.

2. Особенности организации работы по формированию здорового образа жизни в организованных детских коллективах.

3. Базовые принципы, задачи и специфика организации работы Центров дружественного отношения к подросткам.

4. Инструктор-валеолог в системе здравоохранения Республики Беларусь, его функциональные обязанности, принципы планирования, содержание, методы и средства работы.

5. Специфика проведения аутрич-работы и оборудования комьюнити-пространства при взаимодействии с подростками. Организация деятельности школы здоровья на базе амбулаторно-поликлинических учреждений здравоохранения.

Пр.р. Разработка программы работы тематической «Школы здоровья» (по актуальной тематике в зависимости от структуры заболеваемости населения).

Тема 15: ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ ПРОЕКТЫ И ПРОГРАММЫ В УПРАВЛЕНИИ ЗДОРОВЬЕМ НАСЕЛЕНИЯ.

Вопросы к занятию:

1. Ключевые направления повышения эффективности управления здоровьем населения.

2. Программа управления здоровьем населения: определение понятия, основные направления, базовые принципы формирования и условия успешной реализации.

3. Международное взаимодействие по вопросам гигиенического обучения и воспитания населения: организация взаимодействия, ведущие стратегии профилактики и основные направления развития, приоритетные области и глобальные планы действий.

4. Приоритетные и поддерживающие вмешательства в управлении здоровьем населения на различных уровнях реализации.

ЛИТЕРАТУРА

ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Основы здорового образа жизни : учеб. пособие для студентов учреждений высш. образования по специальности «Мед.-профил. дело» / под ред. Т.С. Борисовой. – Минск : Новое знание, 2023. – 344 с. : ил., табл. – Допущено М-вом образования Респ. Беларусь.

2. Борисова, Т. С. Валеология : практикум : учеб. пособие для студентов учреждений высш. образования по специальности «Мед.-профил. дело» / Т. С. Борисова, Н. В.

Самохина, А. В. Кушнерук. – Минск : Новое знание, 2025. – 167, [1] с. : табл. – Допущено М-вом образования Респ. Беларусь.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

3. Валеология : учеб. пособие для студентов учреждений высш. образования по специальностям «Мед.-профилактич. дело», «Фармация» / под. ред. Т.С. Борисовой. – 2-е изд., доп. – Минск : Вышэйшая школа, 2021. – 380, [1] с. : ил., табл. – Допущено М-вом образования Респ. Беларусь. – URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9789850633828.html> (дата обращения: 14.04.2025).

4. Зиматкина, Т. И. Валеология : учеб. пособие для студентов учреждений высш. образования по специальности «Сестр. дело» / Т. И. Зиматкина, А. С. Александрович ; УО «Гродн. гос. мед. ун-т», Каф. лучевой диагностики и лучевой терапии. – Гродно : ГрГМУ, 2020. – 295 с. : ил., табл. – Допущено М-вом образования Респ. Беларусь. – URL: <https://www.books-up.ru/ru/book/valeologiya-11948230/> (дата обращения: 14.04.2025).

5. Солтан, М. М. Методические аспекты гигиенического обучения и воспитания детей и подростков : учеб.-метод. пособие / М. М. Солтан, Т. С. Борисова. – Минск: БГМУ, 2019. – 92 с. – URL: <https://rep.bsmu.by/handle/BSMU/24148> (дата обращения: 14.04.2025).

НОРМАТИВНЫЕ ПРАВОВЫЕ АКТЫ

6. Конституция Республики Беларусь 1994 года : с изм. и доп., принятыми на респ. референдумах 24 ноября 1996 г., 17 октября 2004 г. и 27 февраля 2022 г.

7. О демографической безопасности Республики Беларусь : Закон Респ. Беларусь от 4 янв. 2002 г. № 80-З : с изм. и доп.

8. О здравоохранении : Закон Респ. Беларусь от 18 июня 1993 г. № 2435–XII : с изм. и доп.

9. О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения : Закон Респ. Беларусь от 7 янв. 2012 г. № 340-З : с изм. и доп.

10. О государственных минимальных социальных стандартах в области здравоохранения : постановление Совета Министров Респ. Беларусь от 29 марта 2016 г. № 259 : с изм. и доп.

11. О Государственной программе «Здоровье народа и демографическая безопасность» на 2021–2025 годы : постановление Совета Министров Респ. Беларусь от 19 янв. 2021 г. № 28 : с изм. и доп.

12. О проведении обязательных и внеочередных медицинских осмотров работающих : постановление М-ва здравоохранения Респ. Беларусь от 29 июля 2019 г. № 74 : с изм. и доп.

ЭЛЕКТРОННЫЕ БАЗЫ ДАННЫХ

13. Электронная библиотечная система Консультант студента : [сайт]. – Москва. – URL: <https://www.studentlibrary.ru/> (дата обращения: 14.04.2025). (Включает : «Консультант врача», «Доп. коллекция для мед. ВУЗа», «Расширенный комплект Гомельского ГМУ»).

14. Электронная библиотечная система BookUp. Большая медицинская библиотека (БМБ) : [сайт]. – Томск. – URL: <https://www.books-up.ru/ru/catalog/bolshaya-medicinskaya-biblioteka/> (дата обращения: 14.04.2025).

15. ЭБС Znanium : [сайт] / ООО «ЗНАНИУМ». – Москва, 2011–2025. – URL: <https://znanium.ru/> (дата обращения: 14.04.2025).

16. ЭБС Лань : [сайт]. – Санкт-Петербург, 2011–2025. – URL: <https://e.lanbook.com> (дата обращения: 14.04.2025).