**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ДОНСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**Кафедра «Социальная работа»**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

**«ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНЫ»**

**ДЛЯ СТУДЕНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО НАПРАВЛЕНЯ 39.03.02**

**(ОЧНОЙ И ЗАОЧНОЙ ФОРМ ОБУЧЕНИЯ)**

Ростов-на-Дону ДГТУ

2024 г

УДК 64

Составитель Е.Н.Пожарская

Методические указания по дисциплине «Основы социальной медицины» для студентов образовательного направления 39.03.02 (очной и заочной форм обучения). – Ростов-на-Дону: Донской гос. техн. ун-т, 2024. - 16 с.

Содержат указания для подготовки к лекционным и практическим занятиям, рекомендации к написанию контрольной работы.

Предназначены для студентов направления 39.03.02 образовательной программы «Социальный менеджмент» по направлению «Социальная работа» очной и заочной форм обучения.

УДК 64

Печатается по решению редакционно-издательского совета

Донского государственного технического университета

Ответственный за выпуск зав. кафедрой «Социальная работа» Н.И.Басина

|  |
| --- |
| В печать 21.06.24 г.  Формат 60×84/16 Объём 0,7 усл.п.л.  Тираж 50 экз. Заказ №724 |

Издательский центр ДГТУ

Адрес университета и полиграфического предприятия:

344000, г.Ростов-на-Дону, пл.Гагарина,1.

© Донской государственный

технический университет, 2024

**СОДЕРЖАНИЕ**

Общие указания.....................................................................................................4

Лекционные занятия ............................................................................................4

Практические занятия...........................................................................................5

Самостоятельная работа.......................................................................................6

Работа с литературой............................................................................................7

Подготовка практического задания.....................................................................8

Подготовка контрольной работы.........................................................................8

Текущая аттестация...............................................................................................9

Промежуточная аттестация (семестровая)..........................................................9

**Общие указания**

Методические указания по изучению дисциплины "Основы социальной медицины" представляют собой комплекс рекомендаций и разъяснений, позволяющих студенту оптимальным образом организовать процесс изучения данной дисциплины. Приступая к изучению дисциплины, необходимо в первую очередь ознакомиться содержанием РПД для студентов очной формы обучения и РПД для студентов заочной формы обучения.

**Лекционные занятия**

По курсу предусмотрено проведение лекционных занятий, на которых дается основной материал, согласно обозначенной теме.

Лекции по дисциплине "Основы социальной медицины" имеют целью дать систематизированные основы научных знаний в области социальной медицины, медико-социальной работы и медико-социального патронажа; базовых технологий здоровьесбережения, применимых в практике социальной работы; сведений о принципах укрепления здоровья и повышения иммунитета у разных групп населения, мерах по профилактике заболеваний и индивидуального подхода к организации ЗОЖ.

Конспект лекции должен содержать реферативную запись основных вопросов лекции, предложенных преподавателем схем (при их демонстрации), основных источников и литературы по темам, выводы по каждому вопросу. Конспект должен быть выполнен в отдельной тетради по предмету. Объем конспекта определяется самим студентом.

При работе с конспектом лекций необходимо учитывать тот фактор, что одни лекции дают ответы на конкретные вопросы темы, другие – лишь выявляют взаимосвязи между явлениями, помогая студенту понять глубинные процессы развития изучаемого предмета как в истории, так и в настоящее время. Несмотря на наличие разных видов лекций, можно дать несколько общих советов по их конспектированию и дальнейшей работе с записями:

1. При написании конспекта необходимо максимально использовать «зрительную» память, чтобы конспект легко воспринимался зрительно. Рекомендуется выделять заголовки, отделять друг от друга вопросы, подчеркивать термины и определения.

2. Следует обращать внимание на акценты, выводы, которые делает лектор, отмечая наиболее важные моменты в лекционном материале.

3. Целесообразно не записывать каждое слово лектора, а вначале понять основную мысль, излагаемую лектором, а затем записать, используя сокращения.

4. Можно создать собственную систему сокращений, аббревиатур и символов. К примеру, используя такие символы: «кодекс» – большая буква «К», «федеральный закон» – «ФЗ», слово Российская Федерация всегда обозначается буквами «РФ» или одной буквой «Р» и т.д. Однако при дальнейшей работе с конспектом символы лучше заменить обычными словами для быстрого зрительного восприятия текста.

5. Конспектируя лекцию, лучше оставлять поля, на которых позднее, при самостоятельной работе с конспектом, можно сделать дополнительные записи, отметить непонятные места.

6. Необходимо прочитать лекцию перед семинарским занятием по соответствующей теме.

Следует также учитывать, что конспект лекций, представленный в методических указаниях отражает лишь основные моменты по изучаемой теме и без проработки учебной литературы не может дать требуемый объем знаний.

**Практические занятия**

Практические занятия - одна из форм учебного занятия, направленная на развитие самостоятельности учащихся и приобретение умений и навыков. Практические занятия по дисциплине "Основы социальной медицины" проводятся в форме семинаров, что позволяет студентам привить практические навыки самостоятельной работы с учебной, научной литературой, получить опыт публичных выступлений.

На практических занятиях материал, изложенный на лекциях, кроме устного опроса (вопросы к теме), закрепляется подготовкой доклада по изучаемой теме (примерные темы докладов), а также практическими заданиями по соответствующей теме.

При подготовке к практическому занятию для студентов очной формы обучения необходимо:

- изучить, повторить теоретический материал по заданной теме;

- изучить материалы и выполнить задания практического занятия по заданной теме.

Для студентов заочной формы обучения для освоения практической части дисциплины предусматривается выполнение контрольной работы.

Программа семинарских занятий по дисциплине

«Основы социальной медицины»

Тема семинара 1 (2 часа): Научное направление социальной медицины и социальной гигиены

*Вопросы для обсуждения:*

1. Социальная медицина как наука.

## 2. Задачи и основные принципы системы здравоохранения в обеспечении охраны здоровья граждан.

## 3. Медико-социальная работа.

## 4. Медико-социальная помощь и медико-социальный патронаж.

5. Права граждан при получении медицинской помощи и медицинское страхование.

## 6. Типы и виды учреждений здравоохранения.

7. Организация лечебно-профилактической помощи населению.

Тема семинара 2 (2 часа): История социальной медицины и гигиены.

*Вопросы для обсуждения:*

1. История социальной медицины и гигиены в Древнем Мире.

2. История социальной медицины и гигиены в Европе.

3. История социальной медицины и гигиены в России.

4. Международное сотрудничество в области социальной медицины.

5. Всемирная организация здравоохранения.

Тема семинара 3 (2 часа): Понятие здоровья и показатели здоровья населения.

*Вопросы для обсуждения:*

1. Комплексный подход к понятию здоровья

2. Классификации понятия здоровья человека.

3. Медико-демографические показатели естественного движения населения

4. Медико-демографические показатели механического движения населения

5. Показатели заболеваемости и распространения болезней (болезненность)

6. Показатели инвалидности и инвалидизации

7. Показатели физического развития населения

Тема семинара 4 (2 часа): Факторы риска здоровью и здоровьесберегающие технологии.

*Вопросы для обсуждения:*

1. Детерминанты здоровья человека и факторы риска здоровью.

## 2. Понятие образа жизни.

## 3. Составляющие здорового образа жизни.

## 4. Индивидуальный подход к здоровьесбережению.

5. Общее представление о здоровьесберегающих технологиях.

6. Здоровьесберегающие средства охраны здоровья клиентов в деятельности социальных учреждений.

Тема семинара 5 (2 часа): Диагностические модели оценки здоровья.

*Вопросы для обсуждения:*

1. Качественный и количественный подход к оценке уровня здоровья.

2. Донозологическая диагностика и критерии количественной оценки уровня здоровья.

3. Диагностика уровня здоровья по прямым показателям.

4. Физическое состояние человека в общей оценке уровня здоровья.

5. Общая характеристика методов оценки физического состояния и физического развития.

6. Комплексная оценка состояния здоровья. Определение группы здоровья.

Тема семинара 6 (2 часа): Методы измерения индивидуального здоровья человека.

*Вопросы для обсуждения:*

1. Оценка функционального состояния сердечно-сосудистой системы по показателю частоты сердечных сокращений.

2. Оценка функционального состояния сердечно-сосудистой системы по показателю артериального давления.

3. Показатели функционального состояния системы дыхания.

4. Показатели функционального состояния зрительной системы.

5. Показатели функционального состояния слуховой системы.

6. Оценка функционального состояния вестибулярного аппарата.

7. Оценка функционального состояния нервной системы.

Тема семинара 7 (2 часа): Физиологические основы психики человека.

*Вопросы для обсуждения:*

1. Психика и ее компоненты.

2. Индивидуальные психофизиологические особенности человека.

3. Темперамент и тип ВНД.

4.Типология индивидуальных психических различий. Акцентуации характера.

5. Половые различия психофизиологических качеств.

Тема семинара 8 (2 часа): Психологические основы здоровья.

1. Понятие психического здоровья.

2. Психическое здоровье и современные условия жизни.

3. Критерии психического здо­ровья. Связь психического здоровья и функционального состояния

4. Методы и приемы оценки функционального состояния. Работоспособность как критерий оценки состояния человека.

5. Физическая работоспособность и «кривые» работоспособности.

6. Умственная работоспособность, типы умственной работоспособности.

7. Понятие об утомлении и переутомлении.

Тема семинара 9 (2 часа): Эмоциональный стресс – фактор нарушения психологического здоровья.

*Вопросы для обсуждения:*

1. Эмоции, их значение в психической жизни человека и показателях здоровья.

2. Информационный стресс как фактор жизни человека и его последствия для здоровья.

3. Понятие стресса. Психологические стадии стресса.

4. Роль эмоций как стартового механизма стрессовых реакций.

5. Физиологические механизмы стресса. Этапы стресса.

6. Физиологические механизмы регуляции эмоционального напряжения.

Тема семинара 10 (2 часа): Неврозы и методы профилактики посттравматических расстройств.

1. Условия возникновения невротических изменений психического здоровья.

2. Классификация и виды неврозов.

3. Психосоматические нарушения здоровья.

4. Профилактика последствий стресса.

5. Методы коррекции психического состояния (психотехники - двигательная активность, массаж, китайская гимнастика и йога).

6. Методы коррекции психического состояния (психотехники - аутогенная тренировка, трансовые техники в психическом оздоровлении).

Тема семинара 11 (2 часа): Санитарно-гигиенические технологии здоровьесбережения.

*Вопросы для обсуждения:*

1. Предмет и задачи гигиены. Школьная гигие­на (гигиена детей и подростков).

#### 2. Гигиеническая оценка воздушно-теплового режима помещения. Меры по поддержанию оптимальных условий воздушной среды в помещении.

##### 3. Гигиеническая оценка освещенности помещения. Основные показатели естественного освещения. Гигиенические нормы искусственной осве­щенности.

#### 4. Гигиеническая оценка мебели. Санитарно-гигиенические параметры школьной мебели. Ростовые группы школьной мебели.

5. Гигиеническая оценка уровня шума в помещении.

## 6. Общие требования к организации режима дня. Организация режимных моментов в школе полного дня.

## 7. Режим школы-интерната полного дня. Режим дня учащихся с ослабленным здоровьем.

Тема семинара 12 (2 часа): Основы рационального питания.

*Вопросы для обсуждения:*

1. Основные понятия рационального питания.

2. Организация рационального питания для различных категорий населения.

3. Здоровьеохранное значение натурального питания. Роль растительных продуктов и рафинированных продуктов на здоровье человека.

4. Влияние на организм человека термической обработки пищи, очищенных пищевых веществ и искусственных добавок.

5. Физиологические основы организации рационального питания в детском и подростковом возрасте.

## 6. Организация рационального питания обучающихся.

Тема семинара 13 (2 часа): Физиологические основы физической культуры и спорта

*Вопросы для обсуждения:*

1. Демаркация понятий физической культуры и спорта.

2. Двигательные навыки

3. Двигательные качества (сила и быстрота).

4. Двигательные качества (выносливость, ловкость и гибкость).

5. Общие эффекты физической тренировки для функциональных систем организма.

Тема семинара 14 (2 часа): Физическое воспитание и организация двигательной активности

*Вопросы для обсуждения:*

1. Последствия недостаточности двигательной активности и меры по профилактике гипокинезии.

## 2. Влияние занятий физической культурой на физическое развитие и состояние здоровья.

#### 3. Рациональный двигательный режим.

4. Нормы двигательной активности для детей и подростков.

5. Оценка эффективности физического воспитания.

Тема семинара 15 (2 часа): Основы иммунологии

*Вопросы для обсуждения:*

1. Иммунология и понятие об иммунитете.

2. Формы иммунного реагирования и виды иммунитета (наследственный и приобретенный иммунитет).

3. Механизмы иммунного ответа.

4. Формирование иммунитета в онтогенезе. Иммунитет у разных групп населения.

5. Методы и способы повышения иммунитета. Профилактика заболеваний.

6. Повышение иммунитета у разных групп населения.

Тема семинара 16 (2 часа): Профилактика нарушений здоровья и валеологические технологии здоровьесбережения

*Вопросы для обсуждения:*

1. Профилактика болезней и оздоровительный эффект двигательной активности.

2. Профилактика нарушений осанки и плоскостопия.

3. Профилактика инфекционных заболеваний.

4. Профилактика близорукости.

5. Понятие «школьных» болезней и их профилактика.

6. Понятие здорового образа жизни. Использование программ валеологической деятельности в учреждениях социального патронажа.

**Самостоятельная работа**

Методические указания по организации внеаудиторной самостоятельной работы на занятии способствуют организации последовательного изучения материала, вынесенного на самостоятельное освоение в соответствии с учебным планом, программой учебной дисциплины/профессионального модуля и имеет такую структуру как:

- тема;

- вопросы и содержание материала для самостоятельного изучения;

- форма выполнения задания;

- алгоритм выполнения и оформления самостоятельной работы;

- критерии оценки самостоятельной работы;

- рекомендуемые источники информации (литература основная, дополнительная, нормативная, ресурсы Интернет и др.).

В качестве форм СР при изучении дисциплины «Основы социальной медицины» предлагаются:

- работа с научной, учебной литературой;

- подготовка доклада к практическому занятию;

- выполнение практических заданий;

- более глубокое изучение вопросов, представленных на практических занятиях;

- подготовка к контрольной работе (текущая аттестация);

- подготовка к экзамену (промежуточная аттестация).

Задачи самостоятельной работы:

- обретение навыков самостоятельной научно-исследовательской работы на основании анализа текстов литературных источников и применения различных методов исследования;

- выработка умения самостоятельно и критически подходить к изучаемому материалу.

Технология СР должна обеспечивать овладение знаниями, закрепление и систематизацию знаний, формирование умений и навыков.

**Работа с литературой**

Работа с учебной и научной литературой является главной формой самостоятельной работы и необходима при подготовке к устному опросу на семинарских занятиях, к контрольным работам, подготовке докладов, зачету. Она включает проработку лекционного материала – изучение рекомендованных источников и литературы по тематике занятий.

В процессе работы с литературой студент может:

- делать записи по ходу чтения в виде простого или развернутого плана (создавать перечень основных вопросов, рассмотренных в источнике);

- составлять тезисы (цитирование наиболее важных мест статьи или монографии, краткое изложение основных мыслей автора);

- готовить аннотации (краткое обобщение основных вопросов работы);

- создавать конспекты (развернутые тезисы).

Работу с литературой следует начинать с анализа РПД в которой перечислены основная и дополнительная литература, учебно-методические издания необходимые для изучения дисциплины и работы на практических занятиях. Каждая тема из разделов тематического плана дисциплины и каждый вид занятий (см. раздел «Содержание дисциплины» РПД) снабжен ссылками на источники, что значительно упрощает поиск необходимой информации.

**Подготовка практического задания**

На практических занятиях по дисциплине "Основы социальной медицины", предусмотрен такой вид работы как практическое задание по теме (в РПД и ФОС для студентов, обучающихся по очной форме, представлены практические задания).

Содержание практических занятий представлено по темам курса, охватывает все аспекты дисциплины и способствует интеграции знаний и приобретению ключевых компетенций в процессе выполнения.

**Подготовка контрольной работы**

Выполнение контрольной работы по изучаемой дисциплине "Основы социальной медицины " является необходимым элементом учебного процесса как способа контроля успеваемости студентов в контрольной точке (текущая аттестация) при подготовке студентов как очной, так и заочной форм обучения по направлению 39.03.02 "Социальная работа".

Основной целью выполнения контрольной работы является развитие мышления, творческих способностей студента, привитие ему первичных навыков самостоятельной работы, связанной с поиском, систематизацией и обобщением материала по дисциплине, а также формирование умений анализировать и критически оценивать исследуемый научный и практический материал в рамках решения предложенных задач.

**Контрольная работа представлена по вариантам, номер которого выбирается по последней цифре личного шифра зачетной книжки студента.**

В контрольной работе обязательно приводится список использованной литературы.

Темы контрольных работ (КР) по дисциплине

"Основы социальной медицины"

КР 1. Тема:Научное направление социальной медицины и социальной гигиены.

КР 2. Тема:История социальной медицины и гигиены.

КР 3. Тема:Понятие здоровья и показатели здоровья населения.

КР 4. Тема:Факторы риска здоровью и здоровьесберегающие технологии.

КР 5. Тема:Диагностические модели оценки здоровья.

КР 6. Тема:Методы измерения индивидуального здоровья человека.

КР 7. Тема:Физиологические основы психики человека.

КР 8. Тема: Психологические основы здоровья.

КР 9. Тема: Эмоциональный стресс – фактор нарушения психологического здоровья.

КР 10. Тема: Неврозы и методы профилактики посттравматических расстройств.

КР 11. Тема: Санитарно-гигиенические технологии здоровьесбережения.

КР 12. Тема: Основы рационального питания.

КР 13. Тема: Физиологические основы физической культуры и спорта.

КР 14. Тема: Физическое воспитание и организация двигательной активности.

КР 15. Тема: Основы иммунологии.

КР 16. Тема: Профилактика нарушений здоровья и валеологические технологии здоровьесбережения.

## 

**Текущая аттестация**

В соответствии с семестровым графиком проведения контрольных точек, в семестре проводится две контрольные точки. Варианты контрольных работ и заданий к ним представлены в ФОС.

Студентам, пропускающим занятия, выдаются дополнительные задания – представить конспект пропущенного занятия с последующим собеседованием по теме занятия.

Оценка дескрипторов компетенций производится путем проверки содержания и качества индивидуальной работы на семинарском занятии, а так же выполнения практического задания, выступление с докладом студентом в соответствии с графиком проведения занятий.

Результаты оценки успеваемости заносятся в рейтинговую ведомость и доводятся до сведения студентов.

Студентам не получившим зачетное количество баллов по текущему контролю выдаются дополнительные задания и теоретические вопросы в промежуточную аттестацию.

**Промежуточная аттестация (семестровая)**

Промежуточная (семестровая) аттестация обучающихся по дисциплине "Основы социальной медицины " предназначена для оценки степени достижения запланированных результатов обучения по завершению изучения дисциплины в установленной учебным планом форме: сдача экзамена. Примерная тематика вопросов к зачету представлены в ФОС.