

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования**

**«Ивановская государственная медицинская академия»
Министерства здравоохранения Российской Федерации**

Институт последипломного образования

Факультет подготовки медицинских кадров высшей квалификации

Кафедра Педиатрии и неонатологии ИПО

Рабочая программа дисциплины

**«Принципы и методы формирования
здорового образа жизни»**

Уровень высшего образования: подготовка кадров высшей квалификации

Тип образовательной программы: программа ординатуры

Направление подготовки (специальность): 31.08.18 Неонатология

Направленность: Неонатология

Квалификация выпускника: врач - неонатолог

Форма обучения: очная

Срок освоения образовательной программы: 2 года

Код дисциплины: Б1.О.8

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по специальности 31.08.18 Неонатология (уровень подготовки кадров высшей квалификации) с учётом профессионального стандарта 02.026 «Врач–неонатолог» и реализуется в образовательной программе ординатуры по специальности 31.08.18 Неонатология.

1. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины является - сформировать необходимый уровень знаний, умений, навыков по вопросам формирования здорового образа жизни для реализации профессиональной деятельности врача-неонатолога, обладающего клиническим мышлением, хорошо ориентирующего в сложной патологии с использованием новейших технологий и методик по вопросам формирования здорового образа жизни.

2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина «Принципы и методы формирования здорового образа жизни» относится к Обязательной части Блока 1 Дисциплины (модули) программы ординатуры, установленной Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ФГОС ВО) по специальности 31.08.18 Неонатология. Изучение данной дисциплины направлено на формирование у обучающихся способности проводить и контролировать эффективность мероприятий по профилактике и формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиенического просвещения населения.

3. Требования к результатам освоения дисциплины:

Изучение данной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих общепрофессиональных (ОПК) компетенций, установленных программой:

ОПК-8. Способен проводить и контролировать эффективность мероприятий по профилактике и формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению населения.

Трудовая функция с кодом	Компетенции, обеспечивающие выполнение трудовой функции	
	индекс	содержание компетенции
Проведение и контроль эффективности мероприятий по профилактике и формированию здорового образа жизни, санитарно-гигиеническому просвещению населения (А/04.8)	ОПК-8	Способен проводить и контролировать эффективность мероприятий по профилактике и формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению населения.

3.1 Паспорт компетенций, формируемых в процессе освоения рабочей программы дисциплины

Код трудовой функции	Индекс компетенции	Индекс и содержание индикаторов достижения компетенции
А/04.8	ОПК-8	ОПК-8.1. Проводит и контролирует эффективность мероприятий по профилактике заболеваний.
		ОПК-8.2. Проводит и контролирует эффективность мероприятий по формированию здорового образа жизни.
		ОПК-8.3. Проводит санитарно-гигиеническое просвещение населения.

3.2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенный с формируемыми компетенциями и индикаторами компетенций

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен:

Код компетенции	Индикаторы компетенций	Перечень знаний, умений, навыков
ОПК-8	ОПК-8.1. Проводит и контролирует эффективность мероприятий по профилактике заболеваний.	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - физиологию неонатального периода; - основы физиологического и развивающего ухода за доношенным и недоношенным новорожденным ребенком; - профилактику возникновения и прогрессирования заболеваний неонатального и младенческого периодов; - профилактику возникновения и прогрессирования заболеваний недоношенных детей; - принципы проведения неонатальных скринингов на врожденные и наследственные заболевания; - нормативные правовые документы, регламентирующие проведение неонатальных скринингов; - принципы проведения неонатальных скринингов на врожденные и наследственные заболевания; - осложнения при проведении вакцинопрофилактики у новорожденных и недоношенных детей, их предотвращение и лечение; - нормативные правовые документы, регламентирующие проведение вакцинопрофилактики инфекционных заболеваний у новорожденных и недоношенных детей; - медицинские показания и медицинские противопоказания к вакцинопрофилактике инфекционных заболеваний у новорожденных и недоношенных детей. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - рекомендовать профилактические и оздоровительные мероприятия новорожденным и недоношенным детям; - организовывать и проводить профилактику инфекций у новорожденных и недоношенных детей, связанных с оказанием медицинской помощи; - организовывать проведение неонатальных скринингов на врожденные и

		<p>наследственные заболевания;</p> <ul style="list-style-type: none"> - организовывать проведение вакцинопрофилактики инфекционных заболеваний у новорожденных и недоношенных детей; - организовывать и проводить профилактику и лечение осложнений, связанных с вакцинопрофилактикой инфекционных заболеваний у новорожденных и недоношенных детей; - организовывать и проводить противоэпидемические мероприятия в случае возникновения очага инфекции в отделениях неонатологического профиля (совместно с врачом-эпидемиологом). <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методикой забора капиллярной крови для проведения неонатальных скринингов на наследственные и врожденные заболевания - методикой подкожного, внутривенного, внутримышечного введения лекарств; - противоэпидемическими мероприятиями в случае возникновения очага инфекции в отделениях неонатологического профиля (совместно с врачом-эпидемиологом).
	<p>ОПК-8.2. Проводит и контролирует эффективность мероприятий по формированию здорового образа жизни.</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы физиологического и развивающего ухода за доношенным и недоношенным ребенком; - принципы проведения оздоровительных мероприятий; - принципы грудного вскармливания; - методы становления и поддержания лактации; - правила профилактики у новорожденных и недоношенных детей инфекций, связанных с оказанием медицинской помощи. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - рекомендовать профилактические и оздоровительные мероприятия новорожденным и недоношенным детям; - организовывать и проводить мероприятия по поддержке грудного вскармливания; - рекомендовать оптимальный вид питания для новорожденного и недоношенного ребенка в случаях невозможности грудного вскармливания; - организовывать и проводить профилактику инфекций у новорожденных и недоношенных детей, связанных с оказанием медицинской помощи.

		<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методами расчета питания; - мероприятиями по поддержке грудного вскармливания; - дифференцированными методами реабилитации новорожденных детей с использованием адекватного энтерального и парентерального питания, лекарственной поддержки, позиционного выхаживания, физиотерапии.
	ОПК-8.3. Проводит санитарно-гигиеническое просвещение населения.	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - принципы проведения оздоровительных мероприятий. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обучать законных представителей ребенка и ухаживающих лиц навыкам профилактики заболеваний новорожденных и недоношенных детей; - проводить просветительную работу, направленную на сохранение здоровья новорожденных и недоношенных детей; - обучать законных представителей ребенка и ухаживающих лиц навыкам физиологического ухода за новорожденными и недоношенными детьми <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - способностью к формированию у населения, пациентов и членов их семей мотивации, направленной на сохранение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих

4.Общая трудоемкость дисциплины составляет 1 зачетную единицу, 36 академических часов.

Общая трудоемкость		Количество часов				Внеаудиторная самостоятельная работа	Форма контроля
в ЗЕ	в часах	Контактная работа			Практические занятия		
		Всего	Лекции	Семинары			
1	36	24	2	10	12	12	Зачет

5. Учебная программа дисциплины

5.1. Учебно-тематический план

Учебно-тематический план дисциплины (в академических часах) и матрица компетенций*

Наименование модулей дисциплины	Часы контактной работы			Всего часов контактной работы	Самостоятельная работа обучающегося	Итого часов	Формируемые индикаторы достижения компетенции					Формы текущего контроля успеваемости
	Лекции	семинары	практические занятия				ОП К-8.1	ОП К-8.2	ОП К-8.3			
Принципы и методы формирования здорового образа жизни	2	10	12	24	12	36						
1.1 Основы формирования здоровья и здорового образа жизни у детей	2			2	1	3	+	+	+			Т,С
1.2. Основы гигиенического воспитания детей		5		5	1	6	+	+	+			Т,С
1.3. Здоровое питание как основа здорового образа жизни детей		5		5	2	7	+	+	+			Т,С
1.4 Профилактика аллергических заболеваний у детей			3	3	2	5	+	+	+			Т,С
1.5 Профилактика болезней органов дыхания у детей.			3	3	2	5	+	+	+			Т,С
1.6 Профилактика болезней органов пищеварения у детей			3	3	2	5	+	+	+			Т,С
1.7 Профилактика болезней костно-мышечной системы у детей			3	3	2	5	+	+	+			Т,С

Список сокращений: _____

- **Трудоёмкость** в учебно-тематическом плане указывается в академических часах.
- **Примерные формы текущего успеваемости** (с сокращениями): Т – тестирование, Пр – оценка освоения практических навыков (умений), ЗС – решение ситуационных задач, КР – контрольная работа, КЗ – контрольное задание, ИБ – написание и защита истории болезни, КЛ – написание и защита кураторского листа, Р – написание и защита реферата, С – собеседование по контрольным вопросам, Д – подготовка доклада и др.

5.2.Содержание дисциплины

1.	Принципы и методы формирования здорового образа жизни
1.1	Основы формирования здоровья и здорового образа жизни у детей. Здоровье ребенка: дефиниции, критерии, методология изучения. Здоровье детского населения как показатель общественного здоровья. Механизмы формирования здоровья в детском возрасте. Определение здоровья, как категории (ВОЗ). Индивидуальное здоровье и его оценка
1.1.1	Показатели здоровья. Заболеваемость, смертность, инвалидность. Факторы, влияющие на здоровье детей: природные, социальные, экономические. Физическая (природная) среда. Влияние экологических, климато-географических факторов. Условия воспитания, обучения и труда. Условия быта
1.2	Формирование здорового образа жизни у детей. Основные понятия и категории образа жизни и здорового образа жизни. Роль образа жизни в формировании, укреплении и сохранении здоровья. Влияние образа жизни на растущий организм ребенка. Компоненты (элементы) здорового образа жизни у детей.
1.2.1	Здоровое питание как основа здорового образа жизни детей. Нормативные документы, регламентирующие организацию питания детей
	Особенности вскармливания доношенных и недоношенных детей.Выбор питания после выписки из стационаров. особенности назначения питания Н/Р с задержкой внутриутробного развития
1.2.2	Особенности вскармливания детей с перинатальной патологией и наследственными нарушениями обмена
1.2.3	Реализация принципов успешного грудного вскармливания(ВОЗ) в неонатальных стационарах
1.2.4	Дальнейшее развитие и внедрение профилактических и лечебных технологий, направленных на раннее выявление факторов риска, нарушений здоровья детей, предотвращение хронизации патологических процессов. Расширение спектра профилактической вакцинации. Формирование в регионах целевых программ по раннему выявлению групп риска и оздоровлению детей
1.2.5	Вакцинация. Показания и противопоказания. Календарь прививок РФ
1.3	Центры здоровья для детей. Основные функции, организация работы, оснащение, формы и методы работы. Нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность Центров здоровья для детей. Цели, задачи и функции Центров здоровья.
1.3.1	Оценка эффективности и качества работы Центров здоровья. Формирование ЗОЖ у детей, проживающих в условиях сельской местности. Преемственность Центров здоровья со специализированными службами при диспансеризации детей. Организация работы по формированию ЗОЖ у детей, проживающих в условиях сельской местности.
1.3.2	Роль Центров здоровья детей в организации и проведении мероприятий по пропаганде здорового питания среди различных групп детского населения.
1.3.3	Теоретические основы гигиенического воспитания детей. Понятие, цели, задачи гигиенического воспитания детей. Содержание, формы, средства и методы гигиенического воспитания.
1.3.4	Основные элементы массажа, ЛФК на первом году жизни, как метод формирования здорового образа жизни
1.3.5	Основы закаливания
1.4	Профилактика аллергических заболеваний у детей
1.4.1	Факторы риска развития аллергических заболеваний (внутренние:

	наследственность, гиперреактивность кожи и дыхательных путей др., внешние: бытовые, пищевые, грибковые, лекарственные, социальные и др.). Особенности наблюдения и профилактические мероприятия для детей, имеющих факторы риска развития аллергических заболеваний
1.4.2	Критерии эффективности наблюдения и профилактических мероприятий у детей.
1.5	Профилактика болезней органов пищеварения у детей
1.5.1	Факторы риска формирования заболеваний органов ЖКТ. Влияние биологических факторов на развитие патологии ЖКТ (наследственность, тип конституции, темпы физического развития, возраст, пол ребенка, наличие сопутствующей патологии). Роль перинатальных факторов в развитии заболеваний ЖКТ. Социально-гигиенические факторы в формировании патологии органов ЖКТ (образ жизни и характер семьи, жилищные условия, вредные привычки родителей).
1.6	Профилактика болезней костно-мышечной системы у детей Профилактика болезней костно-мышечной системы у детей
1.6.1	Группы риска детей по развитию заболеваний костно-мышечной системы. Особенности наблюдения и оздоровления детей из групп риска (режим, питание, двигательная активность и физическое воспитание, профессиональная ориентация подростков). Направления работы по гигиеническому воспитанию и образованию семьи.

Формы работы ординатора на практических или семинарских занятиях:

- Реферирование отдельных тем по дисциплинам.
- Подготовка тезисов, докладов для семинарских занятий.
- Обзор литературных источников.
- Индивидуальные задания, выполняемые на практических занятиях (заключения по проблемным ситуациям, курация больных).
- Самостоятельный анализ функциональных исследований.

5.3. Тематический план лекционного

Раздела, темы	Название темы	Часы
3.2.1	Основы формирования здоровья и здорового образа жизни у детей. Роль Центров здоровья детей в организации и проведении мероприятий по пропаганде здорового питания среди различных групп детского населения.	2
Итого		2

5.4. Тематический план семинаров

Раздела, темы	Название темы	Часы
3.3.1.	Здоровое питание как основа здорового образа жизни детей	5
3.3.2.	Теоретические основы гигиенического воспитания детей	5
Итого		10

5.5. Тематический план практических занятий

Раздела, темы	Название темы	Часы
3.4.1.	Профилактика аллергических заболеваний у детей	3
3.4.2.	Профилактика болезней обмена и наследственных болезней у детей. Неонатальный скрининг.	3

3.4.3	Профилактика болезней органов пищеварения, дыхания, костно-мышечной системы у детей	6
Итого		12

5.6. Образовательные технологии, в том числе перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

В процессе изучения дисциплины предусматривается использование следующих образовательных технологий, методов обучения и инновационных форм учебных занятий: технологии проблемного обучения, технологий развития критического мышления, технологии коллективного способа обучения, рейтинговой технологии, интерактивных занятий.

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине: мультимедиа технологии, технологии визуализации.

Для подготовки докладов, выполнения индивидуальных заданий ординаторы используют электронный каталог библиотеки, электронные ресурсы электронных библиотечных систем «Консультант врача» и «Консультант студента».

При этом используются разнообразные технические устройства и программное обеспечение, информационные и коммуникационные технологии.

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине: презентационная графика, интерактивные информационные технологии, учебные видеофильмы.

6. Формы контроля. Оценочные средства для контроля уровня сформированности компетенций (текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация)

6.1. Текущий контроль успеваемости на занятиях проводится в форме устного опроса, собеседования, тестирования, решения ситуационных задач, разбора клинических ситуаций, оценки усвоения практических навыков, написание и защита реферата, доклада.

6.2. Промежуточная аттестация - в форме зачета по модулю дисциплины на последнем занятии, который проводится в два этапа: тестирование и решение ситуационной задачи.

6.3. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Оценочными средствами для текущего контроля успеваемости являются: тестовые задания и ситуационные задачи.

Оценочные средства для промежуточной аттестации представлены в Приложении 1 к рабочей программе.

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

7.1. Методические указания для самостоятельной работы

В процессе обучения осуществляются следующие виды самостоятельной работы:

Самостоятельная работа по изучению дисциплины во внеаудиторное время:

- Подготовка к аудиторным занятиям (проработка учебного материала по конспектам лекций и учебной литературе) с использованием учебных пособий и методических разработок кафедры, а также электронных учебных пособий;

- Самостоятельная проработка отдельных тем учебной дисциплины в соответствии с учебным планом. **На самостоятельное изучение вынесены следующие темы:**

1. Семья как микросреда, формирующая здоровье.
2. Ресурсы и потенциал здоровья.
3. Направления работы по гигиеническому воспитанию и образованию семьи.
4. Характеристика заболеваний органов ЖКТ в общей структуре заболеваемости (ГЭРБ, функциональные нарушения желудка и 12-перстной кишки).

5. Характеристика основных заболеваний органов дыхания (ОРЗ, бронхит, пневмония и др.). Факторы риска развития заболеваний органов дыхания у детей.
6. Характеристика отдельных аллергических заболеваний в общей структуре заболеваемости
7. Отрицательное влияние курения на беременных и кормящих матерей. Вред пассивного курения.
- Подготовка рефератов и докладов по предложенной тематике, которые заслушиваются либо на практическом занятии (если тема доклада и занятия совпадают)
 - Работа с учебной и научной литературой
 - Работа с тестами и вопросами для самопроверки освоение алгоритма обследования больного в ходе обследования пациента с контролем со стороны преподавателя;
 - Интерпретация результатов лабораторных и инструментальных методов исследования;
 - Курация больных
- Контроль самостоятельного изучения тем осуществляется на практических занятиях с использованием тестовых заданий, контрольных вопросов, ситуационных задач, а также в ходе промежуточной аттестации;

8. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

8.1 Перечень литературы, необходимой для освоения дисциплины

1. Неонатология : национальное руководство / [А. Г. Антонов [и др.] ; под ред. Н. Н. Володина ; Рос. ассоц. специалистов перинат. медицины, Ассоц. мед. о-в по качеству. - Кратк. изд. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2014. - 887 с. - (Национальные руководства). – Текст: непосредственный. То же. – Текст : электронный // ЭБС Консультант врача. – URL: <https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970448779.html>
2. Кильдиярова Р. Р. Основы формирования здоровья детей : учебник : для студентов учреждений высшего профессионального образования, обучающихся по специальности "Педиатрия" по дисциплине "Основы формирования здоровья детей" : [гриф] / Р. Р. Кильдиярова, В. И. Макарова, Ю. Ф. Лобанов ; М-во образования и науки РФ. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 327 с. - Текст : непосредственный. То же. – Текст : электронный // ЭБС Консультант студента. – URL: <http://www.studmedlib.ru/book/ISBN9785970438329.html>
3. Педиатрия : национальное руководство с компакт-диск : в 2 т. / Ассоц. мед. о-в по качеству, Союз педиатров России. - М. : ГЭОТАР-Медиа. - 2009. - (Национальные руководства). - (Национальный проект "Здоровье"). - (Приоритетные национальные проекты "Здоровье"). Т. I. - 2009. - 1017 с. - Текст : непосредственный. Т. II. - 2009. - 1023 с. - Текст : непосредственный.
То же. – Текст : электронный // ЭБС Консультант врача. – URL: <http://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970410851.html>
4. Рооз, Р. Неонатология. Практические рекомендации = Neonatologie : Checkliste / Р. Рооз, О. Генцель-Боровичени, Г. Прокитте. - М. : Медицинская литература, 2011. - 568 с. – Текст: непосредственный.
5. Безнощенко, Г. Б. Внутриутробные инфекции : (вопросы диагностики и врачебной тактики) : руководство / Г. Б. Безнощенко, Т. И. Долгих, Г. В. Кривчик. - М. : Медицинская книга ; Нижний Новгород : НГМА, 2003. - 87 с. - (Библиотека практического врача. Акушерство). – Текст: непосредственный.
6. Морозов М. А. Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний : учебное пособие. - 2-е изд., доп. и испр. - СПб. : СпецЛит, 2013. - 176 с. – Текст: непосредственный.

7. Заугстаг, О. Д. Недоношенный ребенок. Если ребенок родился раньше срока = Når barnet er født for tidlig / О. Д. Заугстаг ; пер. с норв. А. П. Соколова ; под ред. Е. Н. Байбариной. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2012. - 190 с. – Текст: непосредственный.

8. Озолия Л.А. Влияние различных факторов на плод / Л.А. Озолия, И.В. Бахарева, А.В. Тягунова - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 224 с. – Текст : электронный // ЭБС Консультант врача. – URL: <https://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970441008.html>

8.2. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

Базы данных, архивы которых доступны с персональной регистрацией

- Научная электронная библиотека, Российский индекс научного цитирования;
- Электронный каталог ИвГМА;
- Электронная библиотека ИвГМА.

Базы данных, архивы которых доступны по подписке ИвГМА

- ЭБС Консультант студента;
- ЭБС Консультант врача;
- Scopus;
- Web of science;
- Elsevier;
- SpringerNature.

Комплект лицензионного программного обеспечения

1. Microsoft Office
2. Microsoft Windows
3. КонсультантПлюс

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Ординаторы обучаются на клинических базах: ОБУЗ « ОДКБ отделение новорожденных и недоношенных детей », ОБУЗ " Роддом №4", центр практической подготовки ИвГМА. В центре практической подготовки ИвГМА имеются все необходимые муляжи, фантомы для отработки необходимых практических навыков: базовой сердечно-сосудистой реанимации.

2. Кафедра педиатрии и неонатологии располагает 2 учебными комнатами общей площадью 31,3 м². Учебные комнаты оснащены мультимедийным оборудованием, компьютерами и видеоплеером., тренажерами,; фантомы, муляжи.

3. Имеются тестовые задания, ситуационные задачи по всем основным разделам, предусмотренным программой ординатуры по иммунология и иммунопатология детского возраста. Оборудование для учебных целей на кафедре: 2 мультимедийных комплекса (ноутбук, проектор, экран), слайдоскоп, видеоманитофон, DVD-проигрыватель. Наборы слайдов, таблиц/мультимедийных наглядных материалов по различным разделам дисциплины. Видеофильмы. Электронные учебные пособия.