

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
«ОП.13 ОРГАНИЗАЦИЯ ОХРАНЫ ЗДОРОВЬЯ И ФОРМИРОВАНИЕ  
ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ»**

**33.02.01 Фармация**

**2024 г.**

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 33.02.01 Фармация, утверждённого приказом Министерства просвещения Российской Федерации № 449 от 13.07.2021 г. «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 33.02.01 Фармация.

Организация-разработчик: БПОУ ВО «Вологодский областной медицинский колледж»

Разработчик: Богданова Ю.В., преподаватель

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОРГАНИЗАЦИЯ ОХРАНЫ ЗДОРОВЬЯ И ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ»

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина «Организация охраны здоровья и формирование здорового образа жизни» является обязательной частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности 33.02.01 Фармация.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 09, ОК 11, ОК 12.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код компетенции	Формулировка компетенции	Знания, умения
ОК 07	Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях	<p>Умения: соблюдать нормы экологической безопасности; определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по специальности; эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях</p> <p>Знания: правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; основные ресурсы, задействованные в профессиональной деятельности; пути обеспечения ресурсосбережения; основные действия в чрезвычайных ситуациях</p>
ОК 08	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления	Умения: использовать физкультурно-оздоровительную

	<p>здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержание необходимого уровня физической подготовленности</p>	<p>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</p> <p>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</p>
<p>ПК 1.11. Соблюдать правила санитарно-гигиенического режима, охраны труда, техники безопасности и противопожарной безопасности, порядок действия при чрезвычайных</p>	<p>Практический опыт: реализация лекарственных средств и товаров аптечного ассортимента</p>	

ситуациях		
	<p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- соблюдать правила санитарно-гигиенического режима, охраны труда, техники безопасности и противопожарной безопасности при реализации товаров аптечного ассортимента в аптечной организации</li> </ul>	
	<p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- требования санитарно-гигиенического режима, охраны труда, меры пожарной безопасности, порядок действий при чрезвычайных ситуациях</li> </ul>	

#### Планируемые личностные результаты

Личностные результаты (дескрипторы)	Код личностных результатов реализации программы воспитания
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 и стремительно меняющихся ситуациях	ЛР 9
Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой	ЛР10

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	34
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	34
в том числе:	
практические занятия	14
Дифференцированный зачет	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП13. Организация охраны здоровья и формирование здорового образа жизни

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) (если предусмотрены)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1.	Введение	9	
Тема 1.1.	Содержание учебного материала	2	ОК07, ОК08 ЛР9
	1 Понятие здоровье Основные принципы охраны и укрепления здоровья населения		
Тема 1.2	Содержание учебного материала	2	ОК7.8. ЛР9
	1 Анализ факторов здоровья, здоровый образ жизни. Методы обследования здоровья.		
	Практические занятия «Методы исследования здоровья»		
Раздел 2.	Двигательная активность и здоровье	2	ОК07,ОК08
Тема 2.1.	1 Эволюционные предпосылки двигательной активности. Физиологические основы физической культуры.	2	
Раздел 3.	Основы рационального питания.	9	ОК07, ОК08 ЛР9
Тема 3.1.	Содержание учебного материала		
	1 Значение питания в обеспечении жизнедеятельности	2	
Тема 3.2.	Содержание учебного материала		
	2 Предпосылки рационального питания.	2	

	Практические занятия «Основы рационального питания»	5	ОК07, ОК08
Раздел 4	Отказ от разрушителей здоровья.	2	
Тема 4.1.	Содержание учебного материала		ПК1.11. ЛР9
	1   Факторы, ухудшающие здоровье человека.	2	
Раздел 5	Естественные и функциональные факторы оздоровления.	2	ОК07, ОК08 ЛР9
Тема 5.1.	Содержание учебного материала		
	1   Современные оздоровительные системы и программы.	2	
Раздел 6	Психофизиологические аспекты здоровья.	8	ОК0 7ОК0,8 ЛР10
Тема 6.1.	Содержание учебного материала		
		1   Психофизиологические основы здоровья.	2
Тема 6.2.	Содержание учебного материала		ЛР10
		2   Психическое здоровье. Регулирование психического состояния.	
	Практическое занятие «Стресс. Профилактика стресса»	4	ОК7,8ЛР10
	Дифференцированный зачет	2	
Всего:		34	ОК7,8 ЛР10 ПК 1.11

### 3. Условия реализации программы общеобразовательной дисциплины

#### 3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета истории.

Оборудование учебного кабинета: наглядные пособия информационно-коммуникационные средства. Библиотечный фонд кабинета находится в библиотеке образовательного учреждения.

Технические средства обучения: мультимедийный комплекс.

#### 3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации имеет печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендованные для использования в образовательном процессе, не старше пяти лет с момента издания.

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения общеобразовательной дисциплины раскрываются через дисциплинарные результаты, направленные на формирование общих и профессиональных компетенций по разделам и темам содержания учебного материала.

Код компетенций	Раздел/Тема	Тип оценочных мероприятий
ОК 07 Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях	Раздел 1 Введение Тема 1.1. Понятие здоровье Основные принципы охраны и укрепления здоровья населения Тема1.2. Анализ факторов здоровья, здоровый образ жизни. Методы обследования здоровья Раздел 2 Двигательная активность и здоровье. Тема2.1. Эволюционные предпосылки двигательной активности. Физиологические основы физической культуры. Раздел 3 Основы рационального питания. Тема3.1. Значение питания в обеспечении жизнедеятельности человека. Тема 3.2 Предпосылки рационального питания. Раздел 4 Отказ от разрушителей здоровья Тема 4.1. Факторы, ухудшающие здоровье человека. Раздел 5 Естественные и функциональные факторы оздоровления. Тема 5.1. Современные оздоровительные системы и программы	Самооценка и взаимооценка Презентация мини-проектов Устный и письменный опрос. Диагностическая работа. Презентация мини- проектов
ОК 08 Использовать средства	Раздел 1 Введение Тема 1.1. Понятие здоровье Основные принципы охраны и укрепления	Контрольная работа Устный и письменный опрос

<p>физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержание необходимого уровня физической подготовленности и</p>	<p>здоровья населения  Тема 1.2. Анализ факторов здоровья, здоровый образ жизни. Методы обследования здоровья  Раздел 2 Двигательная активность и здоровье.  Тема 2.1. Эволюционные предпосылки двигательной активности. Физиологические основы физической культуры.  Раздел 3 Основы рационального питания.  Тема 3.1. Значение питания в обеспечении жизнедеятельности человека.  Тема 3.2 Предпосылки рационального питания.  Раздел 4 Отказ от разрушителей здоровья.  Тема 4.1. Факторы, ухудшающие здоровье человека.  Раздел 5 Естественные и функциональные факторы оздоровления.  Тема 5.1.  Современные оздоровительные системы и программы</p>	<p>Самооценка и  взаимооценка</p>
<p>ПК 1.11.  Соблюдать правила санитарно-гигиенического режима, охраны труда, техники безопасности и противопожарной безопасности, порядок действия при чрезвычайных ситуациях</p>	<p>Раздел 1  Тема 1.1. Анализ факторов здоровья, здоровый образ жизни. Методы обследования здоровья.  Раздел 2 Основы рационального питания.  Тема 2.1. Предпосылки рационального питания.  Раздел 3. Психофизиологические аспекты здоровья.  Тема 3.1. Психическое здоровье, регуляция психического состояния</p>	<p>Контрольная работа и  Устный и письменный опрос  Составление презентаций  Практические работы</p>