

государственное бюджетное профессионально образовательное учреждение
Самарской области
«Обшаровский государственный техникум им.В.И.Суркова»

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.04 ОСНОВЫ ВАЛЕОЛОГИИ И СОЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНЫ
ПРОГРАММЫ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ СРЕДНЕГО ЗВЕНА**

по специальности 39.02.01 Социальная работа

квалификация:

- специалист по социальной работе

Срок обучения: 2 года 10 месяцев

(Заочная форма обучения)

с.Обшаровка, 2026г.

Рассмотрена
на заседании

методической комиссии
Протокол № 7
от «26» мая 2026г.
Председатель

_____ Ящук Н.Ю.
подпись расшифровка

Разработчик:
преподаватель
_____ Ящук Н.Ю.

Составлена на основании ФГОС
по программе подготовки
специалистов среднего звена по
специальности 39.02.01 Социальная
работа и примерной программы
учебной дисциплины
Основы валеологии и социальной
медицины

Утверждаю:
Директор
_____ Захаров Н.В.
«26» мая 2026 г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе примерной образовательной программы среднего профессионального образования подготовки специалистов среднего звена, в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом (далее – ФГОС) среднего профессионального образования по специальности 39.02.01 Социальная работа утвержденного Приказом Министерства просвещения России от 26.08.2022 № 773, с учетом профессионального стандарта 03.001 Специалист по социальной работе, утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты №351 от 18 июня 2020 года, требований работодателя и Демонстрационного экзамена.

Организация-разработчик: ГБПОУ «Обшаровский государственный техникум им. В.И.Суркова»

Разработчик

Ящук Н.Ю. – преподаватель

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
1.1. Область применения программы учебной дисциплины	5
1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы	5
1.3. Планируемые результаты освоения учебной дисциплины	7
1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины .	7
2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ И ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ	8
2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы	8
2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины	9
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Основы валеологии и социальной медицины

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины, является частью образовательной программы СПО – программы подготовки специалистов среднего звена (далее – ППССЗ) по специальности среднего профессионального образования: 39.02.01 Социальная работа социально – экономического профиля, входящей в состав укрупненной группы 39.00.00 Социология и социальная работа.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре образовательной программы: дисциплина входит в профессиональный учебный цикл.

1.3. Цели и задачи дисциплины - требования к результатам освоения дисциплины:

- В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь:**

– Распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы;

– Составлять план действия; определять необходимые ресурсы.

– Владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника);

– Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения и профессионального выгорания характерными для данной специальности;

– Установления контактов с социальным окружением гражданина с целью уточнения условий его жизнедеятельности гражданина при предоставлении социальных услуг, указанных в индивидуальной программе предоставления социальных услуг;

– Оптимальное сочетание различных технологий социальной работы в процессе предоставления социальных услуг, определенных индивидуальной программой предоставления социальных услуг;

– Организация проведения индивидуальных профилактических мероприятий с гражданами по месту жительства (фактического пребывания) в виде консультаций, содействия в организации занятости, оздоровления, отдыха, предоставления социальных, правовых, медицинских, образовательных, психологических, реабилитационных услуг.

знать:

– актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте;

– 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;

– социокультурные, социально-психологические, психолого-педагогические основы межличностного взаимодействия;

– мотивационные технологии в социальной работе и технологии активизации личностных ресурсов и ресурсов социального окружения;

– алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах;

– понятие медицинской профилактики; профилактика заболеваний первичная, вторичная и третичная; профилактика заболеваний индивидуальная и общественная; роль социального работника в профилактике заболеваний;

– понятие образа жизни; основные формы деятельности, составляющие образ жизни; понятия «стиль жизни», «качества жизни», «уровень жизни»;

– категории «болезнь» и «здоровье», их социальная обусловленность; факторы, определяющие здоровье (образ жизни, наследственность, состояние окружающей среды);

– понятие медико-социальной помощи и медико-социальной работы; задачи и основные принципы отечественного здравоохранения; государственная, муниципальная, частная системы здравоохранения; права граждан при получении медицинской помощи. Виды бесплатной медицинской помощи; бесплатное и льготное обеспечение лекарственными средствами;

– лечебно-профилактические учреждения и организация их работы; специализированная лечебно-профилактическая помощь населению, диспансеры; медико-социальная помощь больным туберкулезом, сердечно-сосудистыми, онкологическими заболеваниями; медико-социальную помощь больным психическими заболеваниями;

– понятие медико-социального патронажа;

– цели, задачи и объекты медико-социального патронажа; правила и порядок составления договора социального патронажа; первичная медико-социальная помощь в отечественных системах здравоохранения;

– регламенты экспертизы временной и стойкой нетрудоспособности; формы и технологии медико-социальной реабилитации;

– основы валеологии и здорового образа жизни;

– биоэнергетику человека; основы рационального питания.

1.4 Результатом освоения программы учебной дисциплины ОП.04 Основы валеологии и социальной медицины является овладение обучающимися

профессиональными, общими компетенциями и личностными результатами

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам.

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

ПК 3. Предоставлять комплекс социальных услуг в соответствии с индивидуальной программой предоставления социальных услуг лицам пожилого возраста и инвалидам, различным категориям семей и детей (в том числе детям-инвалидам), гражданам, находящимся в трудной жизненной ситуации и/или в социально опасном положении, применяя различные методы и технологии социальной работы.

ПК 4. Осуществлять социальное сопровождение 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.

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.

ЛР 9 Сознательный ценностный образ жизни, здоровья и безопасности. Соблюдающий и пропагандирующий здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, физическая активность), демонстрирующий стремление к физическому совершенствованию. Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек и опасных наклонностей (курение, употребление алкоголя, наркотиков, психоактивных веществ, азартных игр, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе, в том числе в цифровой среде.

1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:

Объём образовательной учебной нагрузки обучающегося 36 часов, в том числе: Всего учебных занятий 4 часа, самостоятельной учебной работы 26 часов.

По дисциплине предусмотрено:

- 2 часа учебных занятий в форме практической подготовки. Практическое занятие №2

-выполнение контрольной работы

2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ И ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	<i>Количество во часов</i>
Объём образовательной программы учебной дисциплины	36
Всего учебных занятий	4
в том числе:	
теоретическое обучение	2
практические занятия	2
в том числе в форме практической подготовки	2
Самостоятельная работа обучающегося	26
Промежуточная аттестация в форме экзамена	6

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины Основы валеологии и социальной медицины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения	Осваиваемые элементы компетенций	Коды личностных результатов, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4	5	6
Раздел 1. Основы валеологии и социальной медицины		4			
Тема 1.1. Понятие и содержание медико-социальной помощи.	Содержание учебного материала				
	1. Понятия «здоровье», «болезнь». Факторы риска заболевания. Понятие медико-социальной помощи и медико-социальной работы. Понятие медико-социального патронажа. Экспертиза трудоспособности и реабилитация. Валеология как наука. Основные направления валеологической деятельности специалиста по социальной работе.	2	1	ПК 3 ПК 4 ПК 5 ОК 01. ОК 08.	ЛР 9
	2. Практическое занятие 1 Составление сбалансированного рациона при различных энергетических тратах. Расчёт калорийности пищевого рациона.	2			
Тематика внеаудиторной самостоятельной работы написание рефератов 1. Социально-значимые и социально-опасные заболевания. 2. Профилактика заболеваний первичная, вторичная и третичная. 3. Роль социального работника в профилактике заболеваний 4. Организация медико-социальной помощи населению в отечественной системе здравоохранения 5. Государственная, муниципальная, частная системы здравоохранения.	26				

	<p>6.Права граждан при получении медицинской помощи. Виды бесплатной медицинской помощи. Бесплатное и льготное обеспечение лекарственными средствами.</p> <p>7Лечебно-профилактические учреждения и организация их работы. Диспансеры.</p> <p>8Медико-социальная помощь больным туберкулезом, сердечно-сосудистыми, онкологическими заболеваниями</p> <p>9.Медико-социальная помощь больным психическими заболеваниями</p> <p>10.Формы и технологии медико-социальной реабилитации</p> <p>11.Здоровый образ жизни и его составляющие</p> <p>12.Основы биоэнергетики человека.</p> <p>13.Концепции и принципы рационального питания</p>				
Экзамен	6		ПК 3 ПК 4 ПК 5 ОК 01. ОК 08.	ЛР 9	
Всего:	36				

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета:

Кабинет «Валеологии, социальной медицины и медико-социального ухода», оснащенный:

Оборудование учебного кабинета:

Доска ученическая - 1 шт., стол преподавателя -1 шт., стул преподавателя-1шт., ученические парты – 12 шт., стулья ученические - 24 шт., шкаф для учебной и справочной литературы - 2 шт., моноблок – 1шт., принтер – 1 шт., наглядные демонстрационные материалы, видеоматериалы.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

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, 2022. — 375 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11055-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/498931> (дата обращения: 10.10.2022).
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, 2022. — 381 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11272-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491333> (дата обращения: 10.10.2022).

Дополнительные источники

1. Бегидова, Т. П. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. П. Бегидова. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2021. — 191 с.
2. Воронцова, М. В. Социальная наркология: учебное пособие для среднего профессионального образования / М. В. Воронцова, В. Н. Бородулин, С. В. Котлярова ; под редакцией М. В. Воронцовой. — М.: Издательство Юрайт, 2021. — 167 с.
3. Дереча, В. А. Личностные основы наркологической профилактики и реабилитации: учебное пособие для вузов / В. А. Дереча, В. В. Карпец. — М.: Издательство Юрайт, 2021. — 216 с.
4. Ильина, И. В. Медицинская реабилитация: учебник для вузов / И. В. Ильина. — М.: Издательство Юрайт, 2021. — 276 с.

5. Единый портал государственных и муниципальных услуг (функций) «Госуслуги» [Электронный ресурс]: Режим доступа: <https://www.gosuslugi.ru/>, свободный.
6. Информационный Портал «Будущее России. Национальные проекты», [Электронный ресурс]: Режим доступа: <https://futurerussia.gov.ru/>, свободный.
7. Официальный информационный интернет-ресурс Минтруда России. [Электронный ресурс]: Режим доступа: <https://mintrud.gov.ru/>, свободный.
8. Официальный информационный интернет-ресурс Пенсионного Фонда Российской Федерации [Электронный ресурс]: Режим доступа: <https://pfr.gov.ru/>, свободный. Официальный информационный интернет-ресурс
9. Официальный информационный интернет-ресурс Фонда социального страхования РФ [Электронный ресурс]: Режим доступа: <https://fss.ru/>, свободный.
10. Официальный информационный интернет-ресурс Федерального Фонда обязательного медицинского страхования РФ [Электронный ресурс]: Режим доступа: <http://www.ffoms.gov.ru/>, свободный.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины		
<p>актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте;</p> <p>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>социокультурные, социально-психологические, психолого-педагогические основы межличностного взаимодействия;</p> <p>мотивационные технологии в социальной работе и технологии активизации личностных ресурсов и ресурсов социального окружения;</p> <p>алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах;</p> <p>понятие медицинской профилактики; профилактика заболеваний первичная, вторичная и третичная; профилактика заболеваний индивидуальная и общественная;</p>	<p>актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте;</p> <p>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>социокультурные, социально-психологические, психолого-педагогические основы межличностного взаимодействия;</p> <p>мотивационные технологии в социальной работе и технологии активизации личностных ресурсов и ресурсов социального окружения;</p> <p>алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах;</p> <p>понятие медицинской профилактики; профилактика заболеваний первичная, вторичная и третичная; профилактика заболеваний индивидуальная и общественная;</p>	<p>Тестирование Устный опрос Решение ситуационных задач Промежуточная аттестация в форме экзамена</p>

<p>роль социального работника в профилактике заболеваний;</p> <p>понятие образа жизни; основные формы деятельности, составляющие образ жизни; понятия «стиль жизни», «качества жизни», «уровень жизни»;</p> <p>категории «болезнь» и «здоровье», их социальная обусловленность; факторы, определяющие здоровье (образ жизни, наследственность, состояние окружающей среды);</p> <p>понятие медико-социальной помощи и медико-социальной работы; задачи и основные принципы отечественного здравоохранения; государственная, муниципальная, частная системы здравоохранения; права граждан при получении медицинской помощи. Виды бесплатной медицинской помощи; бесплатное и льготное обеспечение лекарственными средствами;</p> <p>лечебно-профилактические учреждения и организация их работы; специализированная лечебно-профилактическая помощь населению, диспансеры; медико-социальная помощь больным туберкулезом, сердечно-сосудистыми, онкологическими заболеваниями; медико-социальную помощь больным психическими заболеваниями;</p> <p>понятие медико-социального патронажа;</p> <p>цели, задачи и объекты медико-социального патронажа; правила и порядок составления договора социального патронажа; первичная медико-социальная</p>	<p>роль социального работника в профилактике заболеваний;</p> <p>понятие образа жизни; основные формы деятельности, составляющие образ жизни; понятия «стиль жизни», «качества жизни», «уровень жизни»;</p> <p>категории «болезнь» и «здоровье», их социальная обусловленность; факторы, определяющие здоровье (образ жизни, наследственность, состояние окружающей среды);</p> <p>понятие медико-социальной помощи и медико-социальной работы; задачи и основные принципы отечественного здравоохранения; государственная, муниципальная, частная системы здравоохранения; права граждан при получении медицинской помощи. Виды бесплатной медицинской помощи; бесплатное и льготное обеспечение лекарственными средствами;</p> <p>лечебно-профилактические учреждения и организация их работы; специализированная лечебно-профилактическая помощь населению, диспансеры; медико-социальная помощь больным туберкулезом, сердечно-сосудистыми, онкологическими заболеваниями; медико-социальную помощь больным психическими заболеваниями;</p> <p>понятие медико-социального патронажа;</p> <p>цели, задачи и объекты медико-социального патронажа; правила и порядок составления договора социального патронажа; первичная медико-социальная</p>	
--	--	--

<p>помощь в отечественных системах здравоохранения;</p> <p>регламенты экспертизы временной и стойкой нетрудоспособности; формы и технологии медико-социальной реабилитации;</p> <p>основы валеологии и здорового образа жизни;</p> <p>биоэнергетику человека; основы рационального питания.</p>	<p>помощь в отечественных системах здравоохранения;</p> <p>регламенты экспертизы временной и стойкой нетрудоспособности; формы и технологии медико-социальной реабилитации;</p> <p>основы валеологии и здорового образа жизни;</p> <p>биоэнергетику человека; основы рационального питания.</p>	
<p>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины</p> <p>распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы;</p> <p>составить план действия; определить необходимые ресурсы;</p> <p>владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника);</p> <p>использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения и профессионального выгорания характерными для данной специальности;</p>	<p>демонстрирует умение распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи в контексте психологического сопровождения социальной работы;</p> <p>составляет план действий, определяет необходимые ресурсы;</p> <p>демонстрирует способность владения актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализует составленный план; оценивает результаты и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника);</p> <p>демонстрирует владение технологиями и методиками использования физкультурно-оздоровительной деятельности для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применения рациональных приемов двигательных функций в профессиональной деятельности; использования средств профилактики перенапряжения и профессионального выгорания характерных для специальности;</p>	<p>Оценка результатов выполнения тестов.</p> <p>Экспертное наблюдение за ходом выполнения практической работы.</p> <p>Экспертная оценка решения ситуационных задач.</p> <p>Экспертная оценка участия в ситуационном имитационном моделировании.</p>

<p>установления контактов с социальным окружением гражданина с целью уточнения условий его жизнедеятельности гражданина при предоставлении социальных услуг, указанных в индивидуальной программе предоставления социальных услуг;</p>	<p>владеет навыками установления контактов с социальным окружением гражданина с целью уточнения условий его жизнедеятельности гражданина при предоставлении социальных услуг, указанных в индивидуальной программе предоставления социальных услуг;</p>	
<p>оптимальное сочетание различных технологий социальной работы в процессе предоставления социальных услуг, определенных индивидуальной программой предоставления социальных услуг;</p>	<p>способен использовать оптимальное сочетание различных технологий социальной работы в процессе предоставления социальных услуг, определенных индивидуальной программой предоставления социальных услуг;</p>	
<p>организация проведения индивидуальных профилактических мероприятий с гражданами по месту жительства (фактического пребывания) в виде консультаций, содействия в организации занятости, оздоровления, отдыха, предоставления социальных, правовых, медицинских, образовательных, психологических, реабилитационных услуг.</p>	<p>владеет методикой и приёмами организации проведения индивидуальных профилактических мероприятий с гражданами по месту жительства (фактического пребывания) в виде консультаций, содействия в организации занятости, оздоровления, отдыха, предоставления социальных, правовых, медицинских, образовательных, психологических, реабилитационных услуг.</p>	

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

к рабочей программе учебной дисциплины

УЧЕБНЫЕ ЗАНЯТИЯ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ АКТИВНЫХ И ИНТЕРАКТИВНЫХ ФОРМ И МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ СТУДЕНТОВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ ОП 04 ОСНОВЫ ВАЛЕОЛОГИИ И СОЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНЫ

№ п/п	Тема учебного занятия	Активные и интерактивные формы и методы обучения
1.	Валеология как наука. Основные направления валеологической деятельности специалиста по социальной работе.	Урок с применением ИКТ технологии\ групповая дискуссия