**Sylabus przedmiotu/modułu kształcenia**

|  |
| --- |
| **Wyższa Szkoła Zawodowa Ochrony Zdrowia** |
| Nazwa kierunku | Ratownictwo medyczne |
| Poziom studiów | studia pierwszego stopnia |
| Forma studiów  | studia niestacjonarne |
| Nazwa przedmiotu | Edukacja zdrowotna |
| Język wykładowy | polski |
| Rodzaj modułu | Moduł 4 przedmiotów do wyboru 1 |
| Rok studiów | pierwszy |
| Semestr studiów | I |
| Punkty ECTS | 2 |
| Liczba godzin | 50 (15w., 15ćw. 20pw) |
| Przedmioty wprowadzające | brak |
| Założenia i cele kształcenia:**Wykłady:** Zapoznanie studentów z ewolucją pojęcia i za­gadnieniami edukacji zdrowotnej zorientowanej na jednostkę i stanowiącej długofalową inwestycję społeczną o wymiernych efektach dla zdrowia społeczeństwa; zapoznanie studentów z aktywizującymi metodami i technikami stosowanymi w edukacji zdrowotnej. **Ćwiczenia:**  Przygotowanie praktyczne studentów do realizowania wybranych scenariuszy edukacji zdrowotnej z uwzględnieniem potrzeb i możliwości osoby edukowanej (zasoby osobiste i otoczenia). |
| **Sposoby weryfikacji efektów kształcenia osiąganych przez studenta:**Efekty: W\_01 – W\_02 będą sprawdzane na teście pisemnym.Efekty : U\_01- U\_02 oraz K\_01 i K\_02 będą sprawdzane podczas ćwiczeń, na podstawie przygotowanego przez studenta scenariusza zajęć na określony temat z obszaru edukacji zdrowotnej i przeprowadzenie tych zajęć oraz poprzez dyskusję i wyrażanie swoich opinii. |
| **Forma i warunki zaliczenia : (zaliczenie na ocenę)****Ćwiczenia**: warunkiem zaliczenia ćwiczeńjest uzyskanie pozytywnej oceny ze scenariusza zajęć i z przeprowadzenia edukacji zdrowotnej na określony temat wśród grupy studenckiej, aktywność oceniana na bieżąco.**Wykłady:** zaliczenie na ocenę pozytywną testu pisemnego. Warunkiem przystąpienia do zaliczenia jest uzyskanie pozytywnej oceny z ćwiczeń. Test składa się z pytań zamkniętych, pytań otwartych i opisowych obejmujących materiał zaprezentowany na wykładach uzupełniony wiedzą z literatury.Wymagana jest obecność na zajęciach – dopuszczalne są dwie nieobecności nieusprawiedliwione (1 godzinne) , materiał realizowany na tych zajęciach należy zaliczyć, następna skutkuje obniżeniem oceny.  **Elementy składowe oceny: Ocena końcowa jest** średnią oceny z ćwiczeń i wykładów. |
| **Treści programowe** **:** **Wykłady:**1. Definicje zdrowia -według WHO i inne aspekty definiowania zdrowia
2. Nazwy i ich ewolucje w zakresie edukacji zdrowotnej.
3. Podstawowe pojęcia w edukacji zdrowotnej.
4. Istota i zadania edukacji zdrowotnej.
5. Aktywizujące metody stosowane w edukacji zdrowotnej.
6. Podstawowe techniki w procesie zmian zachowań dotyczących zdrowia.
7. Koncepcja edukacji zdrowotnej jako wyzwalającej.
8. Cele edukacji zdrowotnej z punktu widzenia promocji zdrowia.
9. Modele edukacji zdrowotnej.
10. Podejścia w edukacji zdrowotnej i ich charakterystyka.
11. Wdrażanie wszechstronnej i skutecznej edukacji zdrowotnej – warunki.
12. Wyznaczniki edukacji zdrowotnej.
13. Sposoby przekazywania osobom edukowanym wiedzy i nauczanie zachowań prozdrowotnych.
14. Czynniki wpływające pozytywnie na proces uczenia się (wg Forda).

**Ćwiczenia:**1. Zasady i struktura scenariusza zajęć z edukacji zdrowotnej.2.Konstruowanie programów edukacji zdrowotnej.3. Zagadnienia do prezentacji z wybranych obszarów edukacji zdrowotnej(do wyboru):* Zdrowie psychiczne.
* Twórcy edukacji zdrowotnej w Polsce-ich dzieła i myśli.
* Profilaktyka palenia papierosów.
* Edukacja seksualna.
* Odżywiane ( dieta) jako element stylu życia.
* Zdefiniuj, czym jest zdrowie. Omów czynniki, wpływające pozytywnie i negatywnie na zdrowie i samopoczucie, wskaż te, na które możesz mieć wpływ.
* Wyjaśnij, gdzie szukać wiarygodnych informacji dotyczących zdrowia i sportu oraz dokonaj krytycznej analizy informacji medialnych w tym zakresie.
* Wyjaśnij, na czym polega prozdrowotny styl życia.
* Scharakteryzuj zdrowie jako wartość dla człowieka i zasób dla społeczeństwa.
* Wyjaśnij, co oznacza odpowiedzialność za zdrowie własne i innych ludzi.
* Omów, na czym polega samobadanie i samokontrola zdrowia oraz potrzeba poddawania się badaniom profilaktycznym w okresie całego życia.
* Wyjaśnij kim jest aktywny pacjent - omów podstawowe prawa i obowiązki pacjenta
* Omów na czym powinno polegać współuczestnictwo i współpraca ludzi, organizacji i instytucji w działaniach na rzecz zdrowia.
* Wyjaśnij, na czym polega związek między zdrowiem i środowiskiem – co można zrobić, aby tworzyć środowisko sprzyjające zdrowiu.
* Omów zalecenia dotyczące aktywności fizycznej w zależności od płci, okresu życiai rodzaju pracy zawodowej.
* Opracuj program aktywności fizycznej dostosowany do własnych potrzeb.
* Wymień czynniki wpływające na podejmowanie aktywności fizycznej zależne od rodziny, kolegów, mediów i społeczności lokalnej.
* Omów zmiany zachodzące w organizmie w czasie wysiłku fizycznego. Oceń reakcje własnego organizmu na wysiłki fizyczne o różnej intensywności.
* Wyjaśnij związek między aktywnością fizyczną i żywieniem a zdrowiem i dobrym samopoczuciem oraz omów sposoby utrzymania odpowiedniej masy ciała we wszystkich okresach życia.
* Zaburzenia stanu zdrowia i rozwoju związane z nieprawidłowym odżywianiem (otyłość, nadwaga, niedobór masy ciała, anoreksja , bulimia).
* BMI – co to jest i jak je obliczyć? Jaki jest związek BMI ze zdrowiem. Wskaż sposoby na poprawę tego wskaźnika.
* Dzienne zalecenia żywieniowe dla młodzieży. Zasady zdrowego żywienia.
* Zdrowy styl odżywiania i jego znaczenie dla młodego organizmu.
* Przedstaw ćwiczenia kształtujące i kompensacyjne w celu przeciwdziałania negatywnym dla zdrowia skutkom pracy, w tym pracy w pozycji siedzącej i przy komputerze.
* Czym są choroby cywilizacyjne? Wskaż przykłady, etiologię i sposoby zapobiegania.
* Omów choroby cywilizacyjne uwarunkowane niedostatkiem ruchu, w szczególności choroby układu krążenia, układu ruchu i otyłość oraz omów sposoby zapobiegania im.
* Stres - konstruktywne sposoby radzenia sobie z negatywnymi emocjami. Sposób redukowania nadmiernego stresu i radzenia sobie z nim.
* Zaproponuj proste ćwiczenia relaksacyjne, które można wykonać w szkole, w pracy i w domu.
* Wyjaśnij, na czym polega racjonalne gospodarowanie czasem i jaka jest wynikająca z tego korzyść dla zdrowia.
* Wyjaśnij przyczyny i skutki stereotypów i stygmatyzacji osób chorych psychicznie i dyskryminowanych (np. żyjących z HIV/AIDS).
* Zasady pierwszej pomocy.
1. zasady postępowania na miejscu wypadku
2. postępowanie przy zranieniach, krwotokach, oparzeniach, odmrożeniach
3. postępowanie przy obrażeniach kości i stawów.
* Profilaktyka uzależnień – omów na czym polega szkodliwe działanie używek, jaki jest mechanizm powstawania uzależnienia, opisz sposoby przeciwdziałania, jakie są koszty społeczne uzależnień - szkody zdrowotne i społeczne związane z nadużywaniem alkoholu i używaniem innych substancji psychoaktywnych, dlaczego i w jaki sposób należy opierać się presji oraz namowom do używania substancji psychoaktywnych i innych zachowań ryzykownych):
1. alkohol
2. dopalacze
3. narkotyki
4. doping w sporcie i w szkole itp.
 |
| **Literatura podstawowa:**1. **Wojnarowska B.: Edukacja zdrowotna. Podręcznik akademicki. PWN, Warszawa 2007**
2. **Syrek E., Borzucka – Sitkiewicz K.: Edukacja zdrowotna. Wydawnictwa akademickie i profesjonalne, Warszawa 2009**
3. **Leowski J.: Polityka zdrowotna a zdrowie publiczne. Wyd. III CeDeWu.pl Wydawnictwa Fachowe, Warszawa 2011**
4. Karski J.B.: Praktyka i teoria promocji zdrowia. CeDeWu.pl Wydawnictwa Fachowe, Wyd. V, Warszawa 2011
5. Barić L., Osińska H.: Nowy model promocji zdrowia i edukacji zdrowotnej, Warszawa 2010
6. Dębska G., Goździalska A., Jaśkiewicz J.: Rodzina w zdrowiu i w chorobie, Kraków 2012
7. Osińska H., Przewłocka T.: Idea i praktyka nowego podejścia do edukacji zdrowotnej i promocji

 zdrowia. Metody zwiększania skuteczności leczenia i poprawy jakości życia pacjenta. Warszawa 2010**Literatura uzupełniająca:** 1. Kościelska M.: Nadzieja w życiu ludzi. Wydawnictwo Difin, Warszawa 2013.
2. Thompson J.: Specjalne potrzeby edukacyjne. Wskazówki dla nauczycieli, PWN, Warszawa 2013.
 |
| Symbol efektu | **Efekty kształcenia** | Symbol efektu kierunkowego |
| **WIEDZA** |
| W\_01 | Zna cele i zadania edukacji zdrowotnej, a także sposoby przekazywania osobom edukowanym wiedzy i nauczania zachowań prozdrowotnych. | K\_W14 |
| W\_02 | Zna teoretyczne podstawy edukacji zdrowotnej jednostek skierowane na promocję i profilaktykę chorób. | K\_W15 |
| **UMIEJĘTNOŚCI** |
| U\_01 | Potrafi prowadzić działania edukacyjne z zakresu potęgowania zdrowia i zapobiegania chorobom w sposób profesjonalny i zrozumiały. Zachęcić do zdrowego stylu życia używając różnych technik z zakresu komunikacji. | K\_U05 |
| U\_02 | Potrafi w ramach prowadzonych działań edukacyjnych projektować i wdrażać programy prozdrowotne. | K\_U06 |
| **KOMPETENCJE SPOŁECZNE** |
| K\_01 | Potrafi określić priorytety w edukacji zdrowotnej służące realizacji zaplanowanych działań prozdrowotnych. | K\_K06  |
|  |  **Bilans nakładu pracy studenta w godzinach** |  | nakładu  |
| **Aktywność** | **Obciążenie studenta (godz.)** |
| Udział w wykładach | 15 |   |
| Udział w ćwiczeniach | 15 |
| Samodzielne przygotowanie się do ćwiczeń | 6 |
| Samodzielne przygotowanie się do kolokwiów | - |
| Wykonanie zadań domowych (sprawozdań) | 6 |
| Udział w konsultacjach z przedmiotu | 2 |
| Przygotowanie się do zaliczenia i obecność na zaliczeniu | 6 |
| **Sumaryczne obciążenie pracą studenta** | **50** |
| **Punkty ECTS za przedmiot** | **2** |
| Nakład pracy studenta związany z zajęciami wymagającymi bezpośredniego udziału nauczyciela | **30** |
| Nakład pracy studenta związany z pracą własną | 20 |
| Jednostka realizująca: **Wyższa Szkoła Zawodowa Ochrony Zdrowia** | Osoby prowadzące: dr n. med. Krystyna Wróblewska |
| Data opracowania programu: 15. 09. 2014 r. | Program opracowała: dr n. med. Krystyna Wróblewska |