**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 | |