

Министерство образования и науки Челябинской области
Филиал Государственного бюджетного образовательного учреждения
«Троицкий технологический техникум» в с. Октябрьское

УТВЕРЖДЕНА:
Приказом
от «15» мая 2026 г. № 211 о/д
Директор ГБПОУ «ТТТ»
_____ / Корюхов Д.А. /

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 18054986219067230871A8E72750C5
Подписан: Корюхов Давид Александрович
Действителен: с 05.05.2025 по 26.05.2026

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.04 Основы валеологии и социальной медицины

по специальности 39.02.01 Социальная работа

с. Октябрьское, 2026

Программа учебной дисциплины *ОП.04 Основы валеологии и социальной медицины* разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности *39.02.01 Социальная работа*, утвержденного Приказом Минпросвещения России от 26.08.2022 № 773.

Организация-разработчик: филиал ГБПОУ «Троицкий технологический техникум» в с. Октябрьское.

Разработчики: Трегубова Александровна, преподаватель высшей квалификационной категории.

Рассмотрена на заседании цикловой методической комиссии преподавателей общепрофессиональных дисциплин и мастеров п/о.

Протокол №9 от «30» апреля 2026 г.

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	8
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.04 Основы валеологии и социальной медицины

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины ОП.04 Основы валеологии и социальной медицины является частью основной профессиональной образовательной программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 39.02.01 Социальная работа.

Программа учебной дисциплины ОП.04 Основы валеологии и социальной медицины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании (на курсах повышения квалификации и переподготовки незанятого населения).

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Учебная дисциплина «Основы валеологии и социальной медицины» является обязательной частью общепрофессионального цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 39.02.01 Социальная работа.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01, ОК 08.

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

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания.

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ПК 1.3	мобилизовать собственные ресурсы граждан и ресурсы их социального окружения для	теоретические основы социальной работы; технологии и методы

	преодоления обстоятельств, ухудшающих или способных ухудшить условия жизнедеятельности граждан; использовать оптимальное сочетание различных технологий социальной работы в процессе предоставления социальных услуг, определенных индивидуальной программой предоставления социальных услуг.	социальной работы с лицами пожилого возраста, инвалидами, различными категориями семей и детей (в том числе детей-инвалидов), с лицами, находящимися в трудной жизненной ситуации и/или в социально опасном положении и условий их применения; основы возрастной и специальной психологии; особенности взаимодействия и коммуникаций с различными группами граждан; основы этики в социальной работе.
ПК 1.4	обеспечивать содействие в предоставлении медицинской, психологической, социальной помощи гражданам, признанным нуждающимися в социальном обслуживании, не относящемся к социальным услугам; обучать членов семьи, в том числе родителей детей-инвалидов, практическим навыкам общего ухода	основы валеологии, социальной медицины, геронтологии; правила оказания ситуационной помощи инвалидам различных категорий на объектах социальной, инженерной и транспортной инфраструктуры
ПК 1.5	выявлять обстоятельства, ухудшающие или способные ухудшить условия жизнедеятельности граждан; организовывать мероприятия различной	технология профилактики в социальной работе; основы проектирования, прогнозирования и моделирования в социальной работе; основы социальной политики и нормативно-правового

	направленности (обучающей, корректирующей, досуговой и пр.), предупреждающие появление и (или) развитие обстоятельств, ухудшающих или способных ухудшить условия жизнедеятельности граждан; мотивировать получателей социальных услуг и их социальное окружение к ведению здорового образа жизни, самореализации и преодолению обстоятельств, ухудшающих или способных ухудшить условия жизнедеятельности граждан;	обеспечения профилактической работы; инфраструктура системы социального обслуживания, основы межведомственного взаимодействия; основы здорового образа жизни; основы самореализации и самоактуализации, активизации жизненной позиции граждан, обратившихся за социальным обслуживанием.
ОК 01	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;	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; алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности

ОК 08	использовать физкультурно-оздоровительную 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.	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
----------	--	--

1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 36 час., в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося: 24 час.;

самостоятельной работы обучающегося: 10 час.

консультации: 2 часа.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«Основы валеологии и социальной медицины»

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Образовательная нагрузка (всего)	36
Самостоятельная работа	10
Учебная нагрузка во взаимодействии с преподавателем (всего)	24
в том числе:	
лабораторные занятия	
практические занятия	12
Профессионально-ориентированное содержание	16
в том числе:	
теоретическое обучение	
практическое обучения	
самостоятельная работа над индивидуальным проектом (если предусмотрено)	
Консультации	2
<i>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета</i>	

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, курсовая работа (проект) (если предусмотрены)	Объем часов	Коды компетенций, формирование которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Понятие и содержание медико-социальной помощи		14	
Тема 1.1. Социальная обусловленность категорий «здоровье» и «болезнь», факторы их определяющие. Медицинская профилактика в практике социального работника	Содержание учебного материала	2	ПК 1.3, ПК 1.4, ПК 1.5, ОК 01, ОК 08
	1. Категории «болезнь» и «здоровье», их социальная обусловленность. Факторы, определяющие здоровье (образ жизни, наследственность, состояние окружающей среды, здравоохранение). Факторы риска здоровью. Социально-значимые и социально-опасные заболевания.	-	
	2. Понятие медицинской профилактики. Профилактика заболеваний первичная, вторичная и третичная. Профилактика заболеваний индивидуальная и общественная. Роль социального работника в профилактике заболеваний.		
	3. Понятие образа жизни. Основные формы деятельности, составляющие образ жизни. Понятия «стиль жизни», «качества жизни», «уровень жизни».		
	В том числе практических занятий:	-	
	Профессионально - ориентированное содержание: П.Р. № 1 Роль социального работника в профилактике заболеваний.	<u>2</u>	
	Самостоятельная работа обучающихся: Составление тезисного плана по теме «Категории «болезнь» и «здоровье», их социальная. Обусловленность».	2	
Тема 1.2. Организация медико-	Содержание учебного материала	8	ПК 1.3, ПК 1.4, ПК 1.5, ОК 01, ОК 08
	1. Понятие медико-социальной помощи и медико-социальной работы.	1	

социальной помощи населению в отечественной системе здравоохранения	2.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.		
	3. Лечебно-профилактические учреждения и организация их работы. Специализированная лечебно-профилактическая помощь населению. Диспансеры.		
	4. Медико-социальная помощь больным туберкулезом, сердечно-сосудистыми, онкологическими заболеваниями. Медико-социальная помощь больным психическими заболеваниями		
	В том числе практических занятий	3	
	Практическая работа № 1 Расчет показателей здоровья населения.	1	
	Практическая работа № 2 Составление профилактических программ.	1	
	Практическая работа № 3 Составление рекомендаций по оптимизации питания. Расчёт калорийности пищевого рациона.	1	
	Профессионально - ориентированное содержание: П.Р. № 2Медико-социальная помощь пожилым людям и инвалидам.	4	
Самостоятельная работа обучающихся:Подготовка презентации на тему «Специализированная лечебно-профилактическая помощь населению. Диспансеры».	2		
Тема 1.3. Медико-социальный патронаж.	Содержание учебного материала	2	ПК 1.3, ПК 1.4, ПК 1.5, ОК 01, ОК 08
	1. Понятие медико-социального патронажа. Цели, задачи и объекты медико-социального патронажа.	1	
	2. Составление договора социального патронажа.		
	3. Первичная медико-социальная помощь в отечественных системах здравоохранения.		
	В том числе практических занятий:	-	
	Профессионально - ориентированное содержание: П.Р. № 3Составление договора социального патронажа.	1	
	Самостоятельная работа обучающихся:Подготовка сообщения на тему	2	

	«Первичная медико-социальная помощь в отечественных системах здравоохранения».		
Тема 1.4. Экспертиза трудоспособности и реабилитация.	Содержание учебного материала	2	ПК 1.3, ПК 1.4, ПК 1.5, ОК 01, ОК 08
	Экспертиза временной и стойкой нетрудоспособности		
	Формы и технологии медико-социальной реабилитации		
	В том числе практических занятий	-	
	Профессионально - ориентированное содержание: П.Р. № 4 Разработка мероприятий социальной реабилитации в индивидуальной программе реабилитации инвалида.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся:Подготовка презентации по теме «Формы и технологии медико-социальной реабилитации»	2	
Раздел 2 Валеология и здоровый образ жизни		10	
Тема 2.1. Понятие валеологии. Здоровый образ жизни и его составляющие	Содержание учебного материала	4	ПК 1.3, ПК 1.4, ПК 1.5, ОК 01, ОК 08
	1. Валеология как наука.	1	
	2. Факторы, влияющие на здоровье человека. Компоненты здоровья		
	3. Понятие здорового образа жизни. Факторы, укрепляющие и ухудшающие здоровье		
	4. Основные направления валеологической деятельности специалиста по социальной работе. Воспитание культуры здоровья.		
	В том числе практических занятий	-	
	Профессионально - ориентированное содержание: П.Р. № 5. Основные направления валеологической деятельности специалиста по социальной работе. Воспитание культуры здоровья.	3	
	Самостоятельная работа обучающихся:	-	
Тема 2.2. Основы биоэнергетики	Содержание учебного материала	6	ПК 1.3, ПК 1.4, ПК 1.5, ОК 01, ОК 08
	1. Понятие биоэнергетики человека.	-	

человека.	2. Концепции и принципы рационального питания.		
человека.	В том числе практических и лабораторных занятий	-	
	Профессионально - ориентированное содержание:		
	П.Р. №6 Составление индивидуальных рекомендаций по здоровому образу жизни.	2	
	П.Р. № 7 Адаптивная физическая культура как метод медико-социальной реабилитации и укрепления здоровья.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся: Подготовка сообщения на тему «Понятие биоэнергетики человека. Концепции и принципы рационального питания».	2	
Дифференцированный зачёт		2	
Всего:		24	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Материально-техническое обеспечение

Для реализации программы дисциплины в наличии имеется учебный кабинет № 3 «Теоретические основы социальной работы».

Оборудование учебного кабинета и рабочих мест кабинета: парты, стулья, доска, рабочее место преподавателя.

Технические средства:

компьютер с лицензионным программным обеспечением;
мультимедийный экран.

Комплект учебно–методической документации: рабочая программа учебной дисциплины «Основы валеологии и социальной медицины»
календарно-тематическое планирование учебной дисциплины «Основы валеологии и социальной медицины».

Средства контроля: тестовые задания, индивидуальные задания.

Наглядные пособия: презентации, таблицы, схемы, фотографии.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

3.2.1. Основные печатные и электронные издания

1. Мартыненко А.В. Основы социальной медицины. — М. :Юрайт, 2022. — 375 с.
2. Петрушин, В. И. Психология здоровья.. — М.: Юрайт, 2022. — 381 с.

3.2.2. 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. Единый портал государственных и муниципальных услуг (функций) «Госуслуги» [Электронный ресурс]: Режим доступа: <https://www.gosuslugi.ru/>, свободный.

3. Информационный Портал «Будущее России. Национальные проекты», [Электронный ресурс]: Режим доступа: <https://futuresrussia.gov.ru/>, свободный.

4. Официальный информационный интернет-ресурс Минтруда России. [Электронный ресурс]: Режим доступа: <https://mintrud.gov.ru/>, свободный.

5. Официальный информационный интернет-ресурс Пенсионного Фонда Российской Федерации [Электронный ресурс]: Режим доступа: <https://pfr.gov.ru/>, свободный. Официальный информационный интернет-ресурс

6. Официальный информационный интернет-ресурс Фонда социального страхования РФ [Электронный ресурс]: Режим доступа: <https://fss.ru/>, свободный.

7. 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 УСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения	
	Критерии оценки	Методы оценки
<u>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины</u> *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	*демонстрирует знание актуального профессионального и социального контекста, в котором приходится работать и жить; основных источников информации и ресурсов для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; *описывает роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; характеризует основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; средства профилактики перенапряжения; *перечисляет социокультурные, социально-психологические, психолого-педагогические основы межличностного взаимодействия. *характеризует мотивационные технологии в социальной работе и технологии	Тестирование Устный опрос Решение ситуационных задач и кейсов Коллоквиум Собеседование Учебная дискуссия

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;	активизации личностных ресурсов и ресурсов социального окружения; *описывает алгоритмы и методы выполнения работ в области социальной медицины и технологии применения технических средств реабилитации; *характеризует понятие медицинской профилактики; профилактика заболеваний первичная, вторичная и третичная; профилактика заболеваний индивидуальная и общественная; роль социального работника в профилактике заболеваний; *даёт определение понятию образа жизни; объясняет основные формы деятельности, составляющие образ жизни; понятия «стиль жизни», «качества жизни», «уровень жизни»; *раскрывает содержание категорий «болезнь» и «здоровье», их социальная обусловленность; факторы, определяющие здоровье (образ жизни, наследственность, состояние окружающей среды); *раскрывает содержание понятий медико-социальной помощи и медико-социальной работы; характеризует задачи и основные принципы отечественного здравоохранения; государственную, муниципальную, частную системы здравоохранения; права граждан при получении медицинской помощи. виды бесплатной	
---	--	--

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.	медицинской помощи; бесплатное и льготное обеспечение лекарственными средствами; *описывает лечебно-профилактические учреждения и организацию их работы; специализированную лечебно-профилактическую помощь населению, диспансеры; медико-социальную помощь больным туберкулезом, сердечно-сосудистыми, онкологическими заболеваниями; медико-социальную помощь больным психическими заболеваниями; *раскрывает содержание понятия медико-социального патронажа; *характеризует цели, задачи и объекты медико-социального патронажа; правила и порядок составления договора социального патронажа; первичную медико-социальную помощь в отечественных системах здравоохранения; *описывает регламенты экспертизы временной и стойкой нетрудоспособности; формы и технологии медико-социальной реабилитации; *даёт характеристику понятиям «валеология» и «здоровый образ жизни»; *характеризует биоэнергетику человека; объясняет основы рационального питания.	
Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины	Характеристики демонстрируемых умений демонстрирует умение	Оценка результатов выполнения кейсов.

*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; *составить план действия; определить 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	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; *составляет план действий, определяет необходимые ресурсы; *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); *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 профессионального выгорания характерных для специальности; *владеет навыками установления контактов с социальным окружением гражданина с целью уточнения условий его жизнедеятельности	Оценка результатов выполнения тестов. Экспертное наблюдение за ходом выполнения практической работы. Экспертная оценка решения ситуационных задач. Экспертная оценка участия в ситуационном имитационном моделировании.
---	--	---

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.	гражданина при предоставлении социальных услуг, указанных в индивидуальной программе предоставления социальных услуг; *способен использовать оптимальное сочетание различных технологий социальной работы в процессе предоставления социальных услуг, определенных индивидуальной программой предоставления социальных услуг; *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.	
---	---	--