

Edukacja zdrowotna i promocja zdrowia - opis przedmiotu

Informacje ogólne	
Nazwa przedmiotu	Edukacja zdrowotna i promocja zdrowia
Kod przedmiotu	05.9-WP-PEDD-EZPZ
Wydział	Wydział Nauk Społecznych
Kierunek	Pedagogika
Profil	ogólnoakademicki
Rodzaj studiów	drugiego stopnia z tyt. magistra
Semestr rozpoczęcia	semestr zimowy 2019/2020

Informacje o przedmiocie	
Semestr	3
Liczba punktów ECTS do zdobycia	2
Typ przedmiotu	obowiązkowy
Język nauczania	polski
Sylabus opracował	dr hab. Krzysztof Wąż, prof. UZ

Formy zajęć					
Forma zajęć	Liczba godzin w semestrze (stacjonarne)	Liczba godzin w tygodniu (stacjonarne)	Liczba godzin w semestrze (niestacjonarne)	Liczba godzin w tygodniu (niestacjonarne)	Forma zaliczenia
Ćwiczenia	30	2	18	1,2	Zaliczenie na ocenę

Cel przedmiotu

Opanowanie przez studentów wiedzy dotyczącej zdrowia człowieka i jego biologicznych oraz psychospołecznych uwarunkowań, a także zasad profilaktyki wybranych zaburzeń i chorób. Znajomość procedur i działań dotyczących identyfikacji własnych problemów zdrowotnych, ich rozwiązywania, doskonalenia własnego zdrowia i rozwoju, ochrony zdrowia innych ludzi oraz tworzenia zdrowego środowiska fizycznego i społecznego. Umiejętność konstruowania programów profilaktyki i promocji zdrowia.

Wymagania wstępne

Podstawowa wiedza z zakresu biomedycznych podstaw rozwoju i wychowania oraz psychologii ogólnej.

Zakres tematyczny

Współczesne koncepcje zdrowia. Holistyczna koncepcja zdrowia i jej znaczenie dla współczesnej edukacji zdrowotnej. Czynniki ryzyka zagrażające zdrowiu. Czynniki chroniące zdrowie (fizyczne, psychiczne społeczne duchowe).

Zachowania prozdrowotne i antyzdrowotne. Zdrowy styl życia. Zasady zdrowego stylu życia. Najczęstsze problemy zdrowotne dzieci, młodzieży i osób dorosłych.

Promocja zdrowia, koncepcje, założenia. Obszary działań w promocji zdrowia, modele promocji zdrowia (podejścia). Promocja zdrowia a prewencja choroby (profilaktyka), pojęcie i poziomy profilaktyki.

Edukacja zdrowotna - pojęcie i cele edukacji zdrowotnej. Wzajemne związki między promocją zdrowia, edukacją zdrowotną, profilaktyką i terapią. Edukacja ukierunkowana na kształtowanie umiejętności życiowych, jako sposób wzmacniania zasobów zdrowotnych człowieka i budowania zdrowego stylu życia. Szkoły promujące zdrowie.

Zdrowe odżywianie (definicja WHO, rodzaje diet i ich racjonalne stosowanie, żywność GMO, oznaczenia i skróty na produktach). Zaburzenia odżywiania (otyłość, anoreksja, bulimia, ortoreksja). Diety i ich racjonalne.

Aktywność fizyczna jako składowa zdrowego stylu życia.

Bezpieczeństwo i zapobieganie wypadkom, urazom i zatruciom.

Higiena osobista i higiena otoczenia. Dbłość o ciało. Ozdabianie ciała – pircing, tatoo, skaryfikacja. Tanoreksja i bigoreksja.

Zdrowie seksualne i reprodukcyjne.

Zapobieganie używaniu substancji psychoaktywnych. Przeciwdziałanie przemocy i agresji

Choroby cywilizacyjne, szczepienia, epidemie.

Medycyna niekonwencjonalna i alternatywne formy leczenia.

Zdrowie psychiczne – wybrane aspekty (emocje i stres, optymizm – pesymizm, poczucie własnej wartości). Podstawowe umiejętności osobiste i społeczne niezbędne dla poprawy, utrzymania i ochrony zdrowia psychicznego oraz ich kształtowanie w dzieciństwie i w młodości. Techniki i metody relaksacyjne. Sanus per aquam (SPA).

Prawa pacjenta, prawa pacjenta niepełnoletniego, prawa pacjenta w leczeniu psychiatrycznym.

Prezentacja projektów programów promocji zdrowia i profilaktyki zdrowotnej.

Metody kształcenia

Praca w grupach, dyskusja, metoda projektów, prezentacje multimedialne, praca z książką.

Efekty uczenia się i metody weryfikacji osiągania efektów uczenia się

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
Student zna i rozumie główne problemy zdrowotne oraz zasady profilaktyki wybranych zaburzeń i chorób, harmonii i dysharmonii, normy i patologii w odniesieniu do zdrowia.	• K_W05	• ocena prezentacji wybranych zagadnień programowych; ocena projektu programu profilaktyki bądź promocji zdrowia	• Ćwiczenia
Student potrafi obserwować, diagnozować, racjonalnie oceniać sytuacje zagrażające zdrowiu oraz ma świadomość odpowiedzialności za zdrowie własne i innych.	• K_U04	• ocena projektu programu profilaktyki bądź promocji zdrowia, ocena sposobu prezentacji i argumentacji własnych poglądów w toku zajęć	• Ćwiczenia
Student jest gotów do odpowiedzialnego podejścia do własnego przygotowania do pracy, podejmowanych decyzji i prowadzonych działań oraz ich skutków, angażuje się we współpracę z instytucjami promującymi zachowania prozdrowotne; umie wyznaczać oraz przyjmować wspólne cele w zakresie ochrony zdrowia własnego i innych.	• K_K03	• ocena prezentacji wybranych zagadnień programowych; ocena projektu programu profilaktyki bądź promocji zdrowia, ocena sposobu prezentacji i argumentacji własnych poglądów w toku zajęć	• Ćwiczenia

Warunki zaliczenia

Formą zaliczenia ćwiczeń jest zaliczenie z oceną. Weryfikacja efektów kształcenia będzie polegała na ocenie przygotowanych przez studentów prezentacji z wybranych zagadnień programowych, ocena opracowanego zespołowo programu profilaktyki bądź promocji zdrowia oraz ocena sposobu prezentacji i argumentacji własnych poglądów w toku zajęć.

Oceną końcową z przedmiotu jest ocena z ćwiczeń.

Literatura podstawowa

1. Heszen I., Sęk H., *Psychologia zdrowia*, Warszawa 2007
2. Głowacka M. *Promocja zdrowia. Konteksty społeczno-kulturowe*, Poznań 2000
3. Gromadzka-Ostrowska J., Włodarek D., Toeplitz Z., *Edukacja prozdrowotna*, Warszawa 2003
4. Karski J., *Praktyka i teoria promocji zdrowia*, Warszawa 2011
5. Lewicki Cz., *Edukacja zdrowotna – systemowa analiza zagadnień*, Rzeszów 2006
6. Ostrowska A., *Styl życia a zdrowie*, Warszawa 2000
7. Woynarowska B., *Edukacja zdrowotna. Podręcznik akademicki*, Warszawa 2008
8. Woynarowska B., Kowalewska A., Izdebski Z., Komosińska K., *Biomedyczne podstawy kształcenia i wychowania*, Warszawa 2010
9. Wrona-Polańska H., Mastalski J., *Promocja zdrowia w teorii i praktyce psychologicznej*, Kraków 2009

Literatura uzupełniająca

1. Bishop G., *Psychologia zdrowia. Zintegrowany umysł i ciało*, Wrocław 2000
2. Gawęł A., *Pedagogdy wobec wartości zdrowia*, Kraków 2003
3. Kowalski M., Gawęł A., *Zdrowie. Wartość. Edukacja*, Impuls, Kraków 2006
4. Kuchcińska M., Kościńska E. (red.) *Konteksty zdrowia i edukacji zdrowotnej*, Bydgoszcz 2010
5. Ostrowska A., *Profilaktyka zdrowotna: interpretacje, definicje sytuacji, racjonalności (przypadek profilaktyki ginekologicznej kobiet)*, Studia Socjologiczne, 2011, 3, 73-94
6. Syrek E., *Zdrowie w aspekcie pedagogiki społecznej*, Katowice 2000
7. Sokołowska M., Skoczek G. (red.), *Edukacja zdrowotna i promocja zdrowia w szkole*, Warszawa 2000
8. Woynarowska B. (red.), *Zdrowie i szkoła*, Warszawa 2000
9. Woynarowska B., Kapica M. (red.) *Teoretyczne podstawy edukacji zdrowotnej. Stan i oczekiwania*, Warszawa 2001

Uwagi

Zmodyfikowane przez dr hab. Krzysztof Wąż, prof. UZ (ostatnia modyfikacja: 13-11-2019 19:29)