

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
ПЕНЗЕНСКОЙ ОБЛАСТИ
ГБОУ ПО Пензенский областной медицинский колледж
Кузнецкий филиал



Проект Здоровым быть здорово!



Кружок «Сестринское дело в терапии»
Руководитель кружка -
преподаватель высшей категории О.В.Павлова

Кузнецк, 2020

Пояснительная записка

*Единственная красота,
которую я знаю, это здоровье
Генрих Гейне.*

Самой актуальной проблемой на сегодняшний день является укрепление здоровья молодежи. В.А.Сухомлинский писал: "Я не боюсь еще и еще раз повторить: забота о здоровье подрастающего поколения - это важнейший труд". Очень важным на сегодняшний день является формирование в подростково-молодежной среде мотивов, понятий, убеждений в необходимости сохранения своего здоровья и укрепления его с помощью приобщения к здоровому образу жизни.

Здоровый образ жизни - это образ жизни, основанный на принципах нравственности, рационально организованный, активный, трудовой, закаляющий и, в то же время, защищающий от неблагоприятных воздействий окружающей среды, позволяющий до глубокой старости сохранять нравственное, психическое и физическое здоровье.

Понятие здоровья и ЗОЖ является и составляющей профессиональной деятельности среднего медицинского работника. Областью профессиональной деятельности выпускников медицинского колледжа специальности 34.01.02 Сестринское дело является оказание населению квалифицированной сестринской помощи для сохранения и поддержания здоровья в разные возрастные периоды жизни.

Объектами профессиональной деятельности выпускников являются:

- пациент и его окружение;
- здоровое население;
- средства оказания лечебно-диагностической, профилактической и реабилитационной помощи;
- первичные трудовые коллективы.

Представленный проект разработан с учетом ФГОС специальности 34.01.02 Сестринское дело, рекомендуется для реализации в учебном процессе средних профессиональных образовательных учреждений медицинской направленности для преподавателей и студентов.

Информационная карта проекта

Название проекта: *«Здоровым быть здорово!»*

Территория и реализация проекта: Кузнецкий филиал ГБОУ ПО Пензенский медицинский колледж

Вид проекта: практика - ориентированный

Сроки реализации: 2020/2021 – 2022/2023 учебный год

Участники проекта: студенты 1-4 курсов, преподаватели, методист по воспитательной работе, заведующая отделением Сестринское дело

Направление проекта: сохранение психического и физического здоровья учащихся в условиях учебной деятельности с повышением мотивации профилактической деятельности для укрепления здоровья, а так же достижения жизненных и профессиональных целей.

Краткое содержание проекта: в основе идеи проекта лежит воспитание у студентов медицинского колледжа активной жизненной позиции, ответственного отношения к своему здоровью, формирование культуры здорового образа жизни. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

Актуальность проекта: формирование общих и профессиональных компетенций студентов специальности 34.01.02 Сестринское дело в рамках освоения профессии медицинской сестры, а так же в вопросах здоровья и здорового образа жизни с профилактикой вредных привычек.

Цель проекта: воспитание внимательного отношения к здоровью как наиважнейшей ценности человека, общества, государства;

Задачи проекта:

1. Создание условий для сохранения и укрепления здоровья и формирования у студентов, родителей, педагогов ответственного отношения к собственному здоровью;
2. Воспитание гражданственности, трудолюбия, уважения к правам и свободам человека;
3. Воспитание любви к окружающей природе, Родине, семье, формирование здорового образа жизни.
4. Воспитание ценностного отношения к своему здоровью и жизни, здоровью окружающих людей;
5. Развитие субъектного, ответственного отношения к своему здоровью;
6. Повышение компетентности в вопросах здоровья и здорового образа жизни;
7. Формирование у студентов устойчивой мотивации к отказу от табакокурения, употребления алкоголя, наркотиков;

8. Овладение умениями противостоять негативному давлению социума;
9. Привлечение внимания студентов к физической активности, как составной части здорового образа жизни.
10. Адаптация выпускников к жизни в обществе;

Основополагающий вопрос: *В чём ценность здоровья и можем ли мы влиять на здоровье?*

Проблемные вопросы проекта:

1. Как зависят друг от друга такие понятия, как *"здоровье"*, *"уровень жизни"*, *"нравственность"*?
2. Что нужно, чтобы быть здоровым?
3. ЗОЖ - это необходимость или дань моде?
4. Как здоровый образ жизни влияет на качество и продолжительность жизни?
5. Как профессиональные знания медицинской сестры способствуют сохранению здоровья и повышению качества жизни населения нашей страны?

Визитная карточка проекта: *Здоровым быть модно!*



Девиз проекта: *Здоровье - это стойкость, здоровье – это сила, здоровым быть модно, здоровым быть красиво!*

Общие и профессиональные компетенции:

Проект будет способствовать формированию следующих компетенций при освоении профессии Медицинская сестра/Медицинский брат:

ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их выполнение и качество.
ОК 3.	Решать проблемы, оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
ОК 4.	Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 6.	Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами.
ОК 12.	Организовывать рабочее место с соблюдением требований охраны труда, производственной санитарии, инфекционной и противопожарной безопасности.
ОК 13.	Вести здоровый образ жизни, заниматься физической культурой и спортом для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.
ПК 1.1.	Проводить мероприятия по сохранению и укреплению здоровья населения, пациента и его окружения.
ПК 1.2.	Проводить санитарно-гигиеническое воспитание населения.
ПК 1.3.	Участвовать в проведении профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний.
ПК 2.1.	Представлять информацию в понятном для пациента виде, объяснять ему суть вмешательств.
ПК 2.2.	Осуществлять лечебно-диагностические вмешательства, взаимодействуя с участниками лечебного процесса.
ПК 2.3.	Сотрудничать со взаимодействующими организациями и службами.

План работы над проектом

1. Формирование групп для подготовки материалов, проведения информационно-профилактической работы и осуществления проведения исследований (из членов кружка Сестринское дело), определение формы представления информации, ориентированно-практической деятельности и результатов.
2. Составление и обсуждение плана работы, самостоятельная работа учащихся в группах.
3. Подготовка презентации по отчету о проделанной работе
4. Защита полученных результатов и выводов.

Этапы работы над проектом

Этапы проведения проекта	Проект проводится в 4 этапа
1 этап Подготовительный	Формирование необходимости и интереса к проекту. Проведение различных мероприятий: акции, конференции, тренинги, мозговой штурм, ролевая игра, дискуссия, круглый стол, выставки литературы и т.д.
2 этап Организация деятельности групп	1 группа учащихся осуществляет информационно-просветительскую деятельность: <i>Девять десятых нашего счастья зависят от здоровья</i> (Шопенгауэр) Основополагающий вопрос: «В чём ценность здоровья и можем ли мы влиять на здоровье?» Вопросы общих тем (проблемные): 1. Как продолжительность жизни связана со здоровьем? 2. Какие качества человека могут продлить ему жизнь, а какие сократить? 3. Что такое подлинные ценности жизни? 4. Какие подлинные ценности жизни помогают человеку прожить хорошую, достойную жизнь 5. В чём опасность никотина, алкоголя и наркотиков для организма? 6. Что такое ВИЧ-инфекция и СПИД? 7. В чём заключаются основные «заповеди здоровья»? Вопросы учебных тем (проблемные): 11 февраля - Всемирный день больного (World Day of the Sick). 1 марта — День иммунитета 12 марта – Всемирный день почки 22 марта — Всемирный день воды 24 марта — Всемирный день борьбы с туберкулёзом

7 апреля — Международный день здоровья
 17 апреля — День гемофилика
 24 апреля – Всемирная неделя иммунизации
 5 мая – Всемирный день борьбы с астмой
 12 мая — Всемирный день медицинских сестер
 19 мая — Международный день памяти умерших от ВИЧ и СПИД
 31 мая — Всемирный день без табачного дыма
 14 июня — Всемирный день переливания крови
 8 июля — Всемирный день борьбы с аллергией
 6 августа — Международный день «Врачи мира—за мир»
 28 сентября — Всемирный день сердца
 20 октября — Всемирный день борьбы большого остеопорозом
 14 ноября — Всемирный день диабета
 15 ноября — Международный день отказа от курения
 21 ноября — Всемирный день борьбы против хронической обструктивной болезни лёгких
 11 декабря — Всемирный астма-день

Цель: *Изучить материалы о влиянии факторов риска при различных заболеваниях, дать оценку качеству жизни людей имеющих различные заболевания и сделать выводы по этому вопросу.*

Этапы работы и виды исследовательской деятельности учащихся:

№ этап	Название этапа	Вид деятельности учащихся
1	Подготовительный этап	Определение источников информации и способов ее поиска.
2	Поисковый этап	Сбор информации.
3	Основной этап	Анализ и систематизация полученных данных и отобранной информации; подготовка презентации.
4	Заключительный этап	Представление презентации, защита проекта: «Здоровым быть здорово!».

2. группа учащихся осуществляет **социологическую деятельность.**

Основополагающий вопрос: *«ЗОЖ – это необходимость или дань моде?»*

Цель: Провести исследования *«ЗОЖ в жизни студентов и их семей».*

Этапы работы и виды исследовательской деятельности учащихся:

№ этап	Название этапа	Вид деятельности учащихся
1	Подготовительный этап	Определение источников информации и способов ее поиска.
2	Поисковый этап	Сбор информации. – Разработка анкеты. Анкета не должна быть громоздкой, большое число вопросов затрудняет ее обработку. – Проведение исследования. – Анкетирование должно носить добровольный и анонимный характер. – Обработка результатов исследования и их обсуждение.
3	Основной этап	Анализ и систематизация полученных данных и отобранной информации; подготовка презентации.
4	Заключительный этап	Оформление результатов социологического опроса в виде презентации: <u>«Здоровье всего дорожке!»</u>

3. группа учащихся осуществляет деятельность информационно-профилактической направленности.

Основополагающий вопрос: *«Что нужно, чтобы быть здоровым?»*

Цель: *«Формирование активной позиции студентов в профилактической деятельности сохранения здоровья населения».*

Этапы работы

№ этап	Название этапа	Вид деятельности учащихся
1	Подготовительный этап	Определение источников информации и способов ее поиска.
2	Поисковый этап	Подготовка разработок для проведения массовых профилактических мероприятий.
3	Основной этап	– Популяризация здорового питания – Организация и проведение городских акций, флешмопов. – Организация и проведение различных конференций, игр, квестов и т.д.
4	Заключительный этап	Создание видеофильма:

																	
		4. группа учащихся осуществляет творческую деятельность. Основополагающий вопрос: <i>«Здоровье – это здорово!»</i> Цель: <i>«Пропаганда здорового образа жизни».</i> Этапы работы <table border="1"> <tr> <th>№ этапа</th><th>Название этапа</th><th>Вид деятельности учащихся</th></tr> <tr> <td>1</td><td>Подготовительный этап</td><td>Определение источников информации и способов ее поиска.</td></tr> <tr> <td>2</td><td>Поисковый этап</td><td>Сбор информации.</td></tr> <tr> <td>3</td><td>Основной этап</td><td> – Конкурс плакатов и коллажей на тему «Быть здоровым – здорово». – Оформление информационного стенда по темам проекта. – Подбор пословиц, афоризмов, оформление плакатов, рисунков, буклетов, листовок. – эссе, рефератов, рассказов, стихотворений и т.д. – Проведение фотосъемки и оформление фотогазеты, подбор музыки и музыкального сопровождения. </td></tr> <tr> <td>4</td><td>Заключительный этап</td><td> Анализ и систематизация отобранной информации; подготовка и защита проекта:  </td></tr> </table>	№ этапа	Название этапа	Вид деятельности учащихся	1	Подготовительный этап	Определение источников информации и способов ее поиска.	2	Поисковый этап	Сбор информации.	3	Основной этап	– Конкурс плакатов и коллажей на тему «Быть здоровым – здорово». – Оформление информационного стенда по темам проекта. – Подбор пословиц, афоризмов, оформление плакатов, рисунков, буклетов, листовок. – эссе, рефератов, рассказов, стихотворений и т.д. – Проведение фотосъемки и оформление фотогазеты, подбор музыки и музыкального сопровождения.	4	Заключительный этап	Анализ и систематизация отобранной информации; подготовка и защита проекта: 
№ этапа	Название этапа	Вид деятельности учащихся															
1	Подготовительный этап	Определение источников информации и способов ее поиска.															
2	Поисковый этап	Сбор информации.															
3	Основной этап	– Конкурс плакатов и коллажей на тему «Быть здоровым – здорово». – Оформление информационного стенда по темам проекта. – Подбор пословиц, афоризмов, оформление плакатов, рисунков, буклетов, листовок. – эссе, рефератов, рассказов, стихотворений и т.д. – Проведение фотосъемки и оформление фотогазеты, подбор музыки и музыкального сопровождения.															
4	Заключительный этап	Анализ и систематизация отобранной информации; подготовка и защита проекта: 															
3 этап Деятельность участников проекта	Самостоятельная работа учащихся. Закрепленные за определенной группой специалисты наблюдают, советуют, косвенно руководят деятельностью.																
4 этап Презентация результатов (защита проектов)	Завершения работы над проектом, анализ проделанного, самооценка и оценка со стороны, публичная защита результатов проектной деятельности каждой группы.																

Обеспечение проекта

Для деятельности рабочих групп студентов необходимо: канцелярские товары, компьютеры, учебная и методическая литература, экран, фотоаппарат, мультимедиапроектор, музыкальная аппаратура, спортивный инвентарь.

Ожидаемые результаты

1. Повышение компетентности в вопросах здоровья и здорового образа жизни
2. Уменьшение количества студентов с вредными привычками, овладение студентами здоровыми жизненными навыками, адекватная самооценка.
3. Расширение знаний о профилактике различных заболеваний, вредном влиянии алкоголя, табака, наркотиков на физическую, эмоциональную и интеллектуальную сферы человека.
4. Увеличение желающих освоить способы сохранения своего здоровья и участвовать в проекте.
5. Снижение количества студентов с девиантным поведением и вредными привычками.
6. Увеличение количества студентов с физической активностью (как составной части здорового образа жизни)

Метод проектов имеет огромное значение для развития потенциала каждого студента, его творческих способностей. Обучающиеся видят перед собой конечный результат – вещь, которую они сделали своими руками, вложили в нее душу;

при выборе проекта учитываются индивидуальные способности обучающихся: сильным – сложное, слабым - по их реальным возможностям;

выполняя проекты, каждый студент развивает свои творческие возможности и способности, учится решать жизненные задачи;

профессиональное самоопределение - именно при выполнении творческого проекта студент задумывается над вопросом: на что я способен?



Приложения

Приложение 1

Осуществление проектной деятельности **Всемирный день борьбы с сахарным диабетом**

В рамках Всемирного дня борьбы с сахарным диабетом в колледже с 14.11-18.11.2020 г. прошел конкурс информационных материалов для населения среди групп 4 курса специальности «Сестринское дело». Данный конкурс организован кружком «Сестринская помощь в терапии» (руководитель кружка Павлова О.В.) с целью формирования профессиональных компетенций в рамках освоения ПМ 02 Участие в лечебно-диагностическом процессе (сестринская помощь в терапии). Голосование на лучший санбюллетень проводилось тремя составами жюри. 1 состав – администрация Кузнецкого филиала, 2 состав – преподаватели колледжа и 3 состав – студенческое сообщество. Все члены жюри отметили высокий уровень подготовленных материалов. Трудно было выбрать лучшие, но все же лидеры были определены.



Победители по мнению администрации распределились следующим образом:
I место – Барсукова Дарья и Бозоров Руслан группа 041
II место – Шештанова Вика, Глухова Анастасия, Сумбаева Елена и Юртаева Елена группа 043

III место разделили Салтыкова Анжелика и Ушмудина Елена группа 042 и Сашин Егор и Щанкина Дарья группа 041
Победителями по результатам голосования преподавательским составом лидерами стали Агишева Альфия и Бадамшина Марьям группа 041
По результатам студенческого голосования 1 место занял санбюллетень подготовленный Муракаевой Найли и Керимовой Айсылу группа 041.
Среди групп 4 курса лидером стала группа.

Таким образом, все участники учебно-воспитательного процесса Кузнецкого филиала приняли участие в данном мероприятии. Всем спасибо! И мы поздравляем победителей!!! Все материалы переданы практическому здравоохранению г Кузнецка и Кузнецкого района для совершенствования профилактической работы.

Руководитель кружка Павлова О.В.



Жизнь без диабета

В ноябре кружком «Сестринское дело в терапии» была организована акция «Жизнь без диабета», посвященная всемирному дню борьбы с сахарным диабетом. **Всемирный День борьбы с сахарным диабетом** был учрежден Международной диабетической федерацией совместно с Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ) в 1991 году в ответ на обеспокоенность возрастающей частотой случаев заболевания сахарным диабетом (СД) в мире. **С 2007 года Всемирный день борьбы с диабетом отмечается под эгидой ООН 14 ноября.**

Студентам медицинского колледжа удалось организовать следующие информационно-просветительские мероприятия:

- провести тематические беседы с населением и организовать конференции для студентов г Кузнецка с акцентом на профилактику сахарного диабета (общий охват населения 900 человек);
- осуществить выпуск тематических санитарных бюллетеней в ЛПУ (всего 18 штук);
- провести профилактически-консультативные беседы с пациентами и их родственниками в стационарах ЛПУ г Кузнецка как среди взрослого так и детского населения (общий охват населения 500 человек);
- распространить памятки, буклеты, листовки соответствующей тематики (общим количеством 430 штук) .



Руководитель кружка
преподаватель Кузнецкого филиала
ГБОУ ПО ПОМК Павлова О.В.



Интеллектуальная игра «Пятерочка»

12 декабря 2020 г на 3 курсе специальности «Сестринское дело» проведена интеллектуальная игра «Пятерочка» на тему «Сестринская помощь при заболеваниях органов дыхания». Члены кружка «Сестринское дело в терапии» студенты 4 курса организовали увлекательное путешествие для третьекурсников в мир медицины. 3 группы медицинских сестер предоставили 3 команды. Группа 031 приняла участие под названием команды «Кислород», 032 – «Адреналин», 033 – «Оптимисты». Игра состояла из 8 туров, с максимальной оценкой в каждом 5 баллов. Вопросы и задания данной игры позволили закрепить и расширить свои знания о дыхательной системе, причинах возникновения заболеваний органов дыхания, их клинических проявлениях. В процессе всей игры среди болельщиков так же проводились конкурсы, где были заработаны свои ордена Отличника или

Отличницы. Победителями игры стала команда группы 033 «Оптимисты», а среди болельщиков студентка Сумбаева Елена. Все участники были отмечены дипломами и сладкими призами. Спасибо всем участникам и организаторам.

Руководитель кружка
«Сестринское дело в терапии»
Павлова О.В.





Акция, посвященная 1 декабря – международному дню борьбы со СПИДом.

В колледже прошла акция, посвященная 1 декабря – Международному дню борьбы со СПИДом. Накануне объявили о онлайн-опросе на портале Федерального центра защиты прав и интересов детей Минобрнауки России, направленный на изучение проблем современных подростков и обучающейся молодежи.

Целью данной акции является пропаганда здорового образа жизни, привлечение внимания молодежи и подростков к проблеме социального здоровья.

Задачи акции:

1. привлечение внимания молодежи к обсуждению проблем ВИЧ-инфицирования.
2. распространение информации о причинах и последствиях распространения ВИЧ-инфекции;
3. формирование нравственно-культурных установок сознания молодежи;
4. формирование осознанного отношения молодежи к своему здоровью;
5. привлечение максимального количества людей к участию в акции.

В акции приняли участие клуб «Здоровое поколение», группы колледжа: 011, 012, 013, 023, 032, 033, 034, 301, 042 и преподаватели колледжа.







Акции «Объяви войну туберкулезу!»

В течении марта месяца среди населения распространяются памятки, читаются лекции и проводятся видео-лектории в учебных заведениях и на предприятиях нашего города и района. В детских учреждениях проводятся игры, направленные на ознакомление детей с проблемой туберкулеза. Таким образом, охват населения в плане профилактической работы составил около 2 тысяч человек. В проведении акции участвовали студенты всех курсов медицинского колледжа. Только на базе нашего колледжа было проведено 9 видео лекториев для школьников Кузнецкого района. Нас посетили учащиеся сельских школ из Пионера, Анненкова, Евлашева, Тат Канадея, Труева, Никольского, Ясной Поляны, и Поселок. Совместно с отделом молодежной политики администрации города проводился конкурс информационных материалов профилактической направленности по борьбе с туберкулезом.

Подведены итоги конкурса «Победим туберкулез вместе!»:

Благодарственные письма за активное сотрудничество в деле профилактике и организации санитарно-просветительной работы на благо здоровья населения города Кузнецка и района вручены:

Руководителю творческого объединения «Золотая кисточка» МБОУ СОШ №17 – Средняковой Юлие Владимировне

- МБОУ СОШ №17 в лице ее директора Гараниной Наталье Владимировны
- МБОУ СОШ № 5 в лице директора Ошкиной Елены Вячеславовны
- МБОУ СОШ № 8 в лице Шалькиной Светланы Венедиктовны
- МБОУ СОШ № 6 в лице ее директора Ладиной Елены Викторовны

- студенческому сообществу Кузнецкого института информационных и управленческих технологий в лице директора института Корчагина Дмитрия Алексеевича.

Руководитель кружка «Сестринское дело в терапии»
Павлова О.В.

Ежегодная городская акция

«Объяви войну туберкулезу!»

