

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA BABEȘ-BOLYAI
1.2 Facultatea	PSIHOLOGIE ȘI ȘTIINȚELE EDUCAȚIEI
1.3 Departamentul	PSIHOLOGIE
1.4 Domeniul de studii	ȘTIINȚE ALE EDUCAȚIEI
1.5 Ciclul de studii	LICENȚĂ
1.6 Programul de studiu / Calificarea	PEDAGOGIA ÎNVĂȚĂMÂNTULUI PRIMAR ȘI PREȘCOLAR

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Educație pentru sănătate						
2.2 Titularul activităților de curs	Prof. Univ. Dr. Adriana Băban						
2.3 Titularul activităților de seminar	Drd. Diana Tăut						
2.4 Anul de studiu	1	2.5 Semestrul	1	2.6. Tipul de evaluare	C	2.7 Regimul disciplinei	DO

3. Timpul total estimat (ore pe semestru al activităților didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	2	Din care: 3.2 curs	2	3.3 seminar/laborator	-
3.4 Total ore din planul de învățământ	28	Din care: 3.5 curs	28	3.6 seminar/laborator	
Distribuția fondului de timp:					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					28
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					34
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					34
Tutoriat					2
Examinări					2
Alte activități:					
3.7 Total ore studiu individual	72				
3.8 Total ore pe semestru	100				
3.9 Numărul de credite	4				

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	•
4.2 de competențe	•

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 De desfășurare a cursului	•
5.2 De desfășurare a seminarului/laboratorului	•

6. Competențele specifice acumulate

Competențe profesionale	<ul style="list-style-type: none">• Înțelegerea rolului educației pentru sănătate în promovarea stării de bine și a reducerii riscului de îmbolnăviri• Operarea cu concepte fundamentale în domeniul sănătății, precum: boală, sănătate, tipuri de prevenție, factori de risc pentru îmbolnăviri, stil de viață, stare de bine;• Identificarea, analizarea și evaluarea critică a factorilor de risc pentru îmbolnăviri, a interacțiunilor dintre comportamentul individual și factorii sociali și de mediu ;• Recunoașterea factorilor de menținere și promovare a sănătății și a stării de bine;• Cunoașterea și implementarea de strategii specifice pentru ameliorarea diferitelor comportamente ce țin de stilul propriu de viață (consumul de substanțe, alimentația, exercițiul fizic, screening-ul periodic s.a.m.d.);• Inițierea, implementarea și evaluarea programelor de educație pentru sănătate în mediul școlar;
Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none">• Formarea de convingeri și atitudini responsabile, privitoare la educarea populației pentru sănătate, fundamentată pe noile achiziții ale științei;• Aprecierea importanței muncii în colaborare cu diverse comunități și instanțe (ex. cercetători, practicieni, agenții și organizații);• Utilizarea metodelor colaborative pentru atingerea unor scopuri de sănătate; relevante la nivel individual, de grup și a comunității de apartenență;• Evaluarea permanentă a propriei nevoi de formare continuă în vederea adaptării; competențelor profesionale la dinamica mediului social și utilizarea platformelor de e-learning, a învățării de tip blended learning și a bazelor de date internaționale pentru dezvoltarea personală și profesională.;

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none">• Promovarea sănătății individului ca întreg, și implicit a sănătății psihice, fizice, emoționale, sociale și spirituale.
7.2 Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none">• Identificarea rolului factorilor cognitivi, emoționali, comportamentali și sociali în promovarea sănătății și în riscul pentru îmbolnăviri.• Explicarea mecanismelor prin care sănătatea și boala sunt codeterminate de factori biologici, psihici, sociali și comportamentali.• Proiectarea de strategii de promovare și menținere a sănătății.• Discutarea modalităților de eliminare și reducere a factorilor de risc pentru îmbolnăviri.

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Noțiuni introductive în educația pentru sănătate	Expunere, exemplul demonstrativ, dezbateri, sinteza cunoștințelor, descoperire dirijată	
2. Modele ale sănătății și bolii	Expunere, exemplul demonstrativ, dezbateri, sinteza cunoștințelor, descoperire dirijată	
3. Ameliorarea stilului de viață: consumul de alcool și tutun și comportamentul alimentar (Partea I)	Expunere, exemplul demonstrativ, dezbateri, sinteza cunoștințelor, descoperire dirijată	
4. Ameliorarea stilului de viață: exercițiul fizic, comportament sexual și screening periodic (Partea a II-a)	Expunere, exemplul demonstrativ, dezbateri, sinteza cunoștințelor, descoperire dirijată	
5. Stres și sănătate	Dezbateri, clarificare conceptuală, activități de grup, descoperire dirijată, sinteza cunoștințelor	
6. Programe de prevenție comunitare, instituționale și de grup	Dezbateri, clarificare conceptuală, activități de grup, descoperire dirijată, sinteza cunoștințelor	

Bibliografie:

Obligatorie:

Băban, A. (coordonator)(2011). Consiliere educațională. Cluj: ASCR.

Băban A. (2001). Stres și personalitate. Cluj: Presa Universitară Clujeană.

Pitts, M. & Phillips, K. (1991). The psychology of health. London: Routledge

Sutton, S., Baum, A., & Johnston, M. (2004). The Sage Handbook of Health Psychology

Whitehead, D. & Russel, G. (2004). How effective are health education programmes: resistance, reactance, rationality and risk? Recommendations for effective practice. International Journal of Nursing Studies, 41, 163-172.

Opțională:

Bloom, B. (1988). Health Psychology: a psychosocial perspective. New Jersey: Prentice Hall.

Bunton, R. and MacDonald, G. (1992) Health Promotion: Disciplines and Diversity. London: Routledge.

Chloe E. Bird and Patricia P. Rieker. 1999. Gender Matters: An Integrated Model for Understanding Men's and Women's Health. Social Science and Medicine 48(6):745-755.

Fontana, D. (1989). Managing Stress. London: BPS.

Friedman, H. and DiMatteo, M. (1989) Health Psychology. New Jersey: Prentice Hall.

Gatchel, R. Et all. (1989) Introduction to health psychology. New York: McGraw-Hill.

8.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
1. Locul educației pentru sănătate în contextul sănătății publice, a curriculum-ului școlar și a dezvoltării personale a individului	Dezbateri, clarificare conceptuală, activități de grup, descoperire dirijată, sinteza cunoștințelor	
2. Credințe despre sănătate și boală: analiză critică	Dezbateri, clarificare conceptuală, activități de grup, descoperire dirijată, sinteza cunoștințelor	
3. Comunicarea mesajelor de sănătate	Dezbateri, clarificare conceptuală, activități de grup, descoperire dirijată, sinteza cunoștințelor	
4. Modele validate empiric de promovare a sănătății	Dezbateri, clarificare conceptuală, activități de grup, descoperire dirijată, sinteza cunoștințelor	
5. Strategii de management a stresului: implicații pentru curriculum școlar	Dezbateri, clarificare conceptuală, activități de grup, descoperire dirijată, sinteza cunoștințelor	
6. Proiectarea unor programe de educație pentru sănătate	Dezbateri, clarificare conceptuală, activități de grup, descoperire dirijată, sinteza cunoștințelor	

Bibliografie

Obligatorie:

Băban, A. (coordonator)(2011). Consiliere educațională. Cluj: ASCR.

Băban A. (2001). Stres și personalitate. Cluj: Presa Universitară Clujeană.

Pitts, M. & Phillips, K. (1991). The psychology of health. London: Routledge

Sutton, S., Baum, A., & Johnston, M. (2004). The Sage Handbook of Health Psychology

Whitehead, D. & Russel, G. (2004). How effective are health education programmes: resistance, reactance, rationality and risk? Recommendations for effective practice. International Journal of Nursing Studies, 41, 163-172.

Opțională:

Bloom, B. (1988). Health Psychology: a psychosocial perspective. New Jersey: Prentice Hall.

Bunton, R. and MacDonald, G. (1992) Health Promotion: Disciplines and Diversity. London: Routledge.

Chloe E. Bird and Patricia P. Rieker. 1999. Gender Matters: An Integrated Model for Understanding Men's and Women's Health. Social Science and Medicine 48(6):745-755.

Fontana, D. (1989). Managing Stress. London: BPS.

Friedman, H. and DiMatteo, M. (1989) Health Psychology. New Jersey: Prentice Hall.

Gatchel, R. Et all. (1989) Introduction to health psychology. New York: McGraw-Hill.

9. Coroborarea conținuturilor disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității epistemice, asociațiilor profesionale și angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

O parte importantă a mortalității și a morbidității pot fi reduse prin ameliorarea stilului de viață. Cursul de „Educație pentru sănătate” oferă cunoștințe teoretice și practice de îmbunătățire a stilului de viață la toate vârstele. Totodată, cunoștințele și aplicațiile practice din cadrul cursului permit creionarea unor strategii eficiente de promovare a sănătății sub formă de exemple de curricule de educație pentru sănătate și activități practice cu diferite grupuri țintă (ex. adolescenții) pentru prevenirea sau reducerea diferitelor comportamente de risc.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs		Prezentarea unui proiect aplicativ de prevenire a unui comportament de risc	40,00%
		Test de verificare a cunoștințelor	20,00%
10.5 Seminar/laborator		Implicarea activă în cadrul seminarului	20,00%
		Prezentarea unui proiect de curriculum școlar de educație pentru sănătate	20,00%
10.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none">Definirea educației pentru sănătate, definirea a două concepte fundamentale în educația pentru sănătate, explicarea unui model fundamentat empiric de promovare a sănătății, definirea stilului de viață, definirea stresului, exemplificarea unui mecanism de adaptare la stres, definiții și exemple ale conceptelor de prevenție primară, secundară și terțiară.Elaborarea proiectelor de curs și seminar și participarea la testul de verificare a cunoștințelor			

Data completării

.....

Semnătura titularului de curs

.....

Semnătura titularului de seminar

.....

Data avizării în departament

.....

Semnătura directorului de departament

.....