

МЕДИЦИНСКИ УНИВЕРСИТЕТ – СОФИЯ
ДЕПАРТАМЕНТ ПО ЕЗИКОВО ОБУЧЕНИЕ И СПОРТ

ОДОБРЯВАМ

ДИРЕКТОР НА ДЕОС

/Проф. Д. Сиджимова, дф, дм/

За учебната 2024/2025 г.

УЧЕБНА ПРОГРАМА ПО СПЕЦИАЛНОСТТА
„МЕДИЦИНА”
ЗА ОБРАЗОВАТЕЛНО - КВАЛИФИКАЦИОННА СТЕПЕН „МАГИСТЪР”

Наименование на дисциплината: <i>„СПОРТ“ (Превенция срещу агресията и насилието над медицински лица)</i>	Сигнатура	Хорариум <i>30 часа</i>
Образователна степен	Магистър	
Вид на обучение <i>Редовно</i>	Часове за седмица <i>2 академични часа</i>	Брой кредити <i>1 Кредит</i>
Вид на дисциплината <i>Свободноизбираема</i>		
Вид на курса	<i>Едносеместриален</i>	
Ниво на курса /според наредбата за Учебните програми/	<i>Ниво М /магистър/</i>	
Форми на оценяване	Текущо оценяване - Контролно-изпитни тестове	Заверка
Форми и методи на обучение в курса	<i>Лекция/Практически занимания</i>	<i>Други: участие в различни спортни дейности</i>

Водещи преподаватели: гл. ас. Владимир Иванов, доктор

ДЕПАРТАМЕНТ ПО ЕЗИКОВО ОБУЧЕНИЕ И СПОРТ, МЕДИЦИНСКИ УНИВЕРСИТЕТ – СОФИЯ Адрес: ул. „Здраве“ №2

София, 2024 г.

ОПИСАНИЕ НА КУРСА

Проблемът за насилието на работното място не е осъзнат от обществото и в частност от персонала в здравеопазването. В голяма степен неговото значение се подценява и се вкарва в контекст на ежедневните трудности, с които се сблъскват хората, стреса и негативите генерирани в обществото. Последните проучвания показват, че близо 98% от медиците са ставали по някакъв начин потърпевши на вербално или друг вид насилие. Данните на Асоциацията на професионалистите по здравни грижи сочат, че най-често нападени са екипите на Спешна помощ, на следващо място са медицинските специалисти от кабинетите. Много често те не знаят как да се защитят, което ни дава основание да разработим програма за превенция на агресията срещу бъдещи и настоящи медици. Тя включва теоритични, психологически и практически насоки за основните стъпки на самоотбрана, които трябва да се предприемат в случай на агресия на работното място или извън него.

Цели и задачи на програмата:

1. Учебният материал предоставя на студентите теоретични знания за основните средства и методи за превенция срещу агресията и насилието, адекватни решения за справяне и оцеляване в множество ежедневни изпитания, психологически аспекти и постигане на самоконтрол в екстремни ситуации.
2. Практическата част позволява на студентите да се запознаят с основните практически техники за превенция срещу агресията. Обучават се как да разпознават и избягват конфликтни ситуации.
3. Да създават собствена програма за развитие и поддържане на физически качества и дееспособност.
4. Чрез използването на виртуална реалност в безопасна и контролирана среда да участват в различни ситуации и да се научат да се справят с критични ситуации близки да реалния живот.

Средства:

Прилагат се разнообразни упражнения с психологическа и практическа насоченост за справяне с конфликтни и екстремни ситуации от работния процес на медицинските лица и ежедневието.

Принципи и методи на обучението:

Активност – Придобиване на теоретични и практически умения и възможност за прилагане и усъвършенстване на двигателните умения между студентите е предпоставка за увеличаване на тяхната активност.

Нагледност - Получаване на знания и изграждане на правилни умения и придобиване на навици чрез статични и динамични демонстрации.

Достъпност - Поставените цели и задачи при изучаване основите на превенция срещу

агресията са съобразени с възможностите на студентите.

Контролни тестове: В края на модула се провеждат тестови нормативи от технически упражнения с цел да се проследи усвояването и прилагането на елементите от учебната програма и корекция на допуснатите грешки. Провежда се тест с въпроси от целия модул.

**СЪДЪРЖАНИЕТО НА УЧЕБНАТА ПРОГРАМА ПО МОДУЛ –
ПРЕВЕНЦИЯ СРЕЩУ АГРЕСИЯТА И НАСИЛИЕТО НАД МЕДИЦИНСКИ ЛИЦА Е
РАЗПРЕДЕЛЕНО ПО СЛЕДНИЯ НАЧИН:**

<i>№</i>	<i>Съдържание</i>	<i>Общо часове</i>	<i>Занятие №</i>
1.	<i>Теоретична подготовка за превенция срещу агресията:</i>	8 ч.	
	Упражнение 1. Агресията срещу медицински лица – статистика и състояние на проблема в сектора на здравеопазването. Същност и значение на превенцията над потенциалния риск срещу разнообразните форми на проява на агресия и враждебност от страна на пациентите в болничните заведения. Историческо възникване и развитие на методите и средствата на самоотбрана и ръкопашния бой.	2 ч.	1-4 занятие
	Упражнение 2. Юридически съвети относно правата на хората, попаднали в критична ситуация и случай на неизбежна самоотбрана: - разглежда се актуалната нормативна база, гарантираща и защитаваща законово хората срещу посегателство личността; - чрез конкретни правни казуси се обсъждат пределите на неизбежната самоотбрана и съответните, регламентирани от закона последствия.	2 ч.	
	Упражнение 3. Запознаване на студентите с техники за: - разпознаване различни типове екстремални ситуации от ежедневието в болничното заведение, в които човек може да попадне въз основата белези и критерии, както и други критични ситуации - агресия на пътя, агресия на улицата.	2 ч.	
	Упражнение 4. Формиране на индивидуални умения за разпознаване на напрежение или опасност. Разучаване на похвати за избягване на ситуации, в които студентите могат да се превърнат в жертви на посегателство или нападение.	2 ч.	
2.	<i>Психологическа подготовка по самоотбрана:</i>	8 ч.	5-8 занятие
	Упражнение 5. Психология на агресията. Форми на агресия. Насилието, като резултат от агресията. Средства и методи за превенция на насилието.	2ч.	5 занятие

	Упражнение 6. Формиране практически умения чрез прилагане на приложна психология за справяне и оцеляване в различни по степен на риск екстремални ситуации.	2ч.	6 занятие
	Упражнение 7. Изучаване на невербалната комуникация. Развиване на умения за анализиране на езика на тялото, както на своето, така и на околните.	2ч.	7 занятие
	Упражнение 8. Усвояване на основни поведенчески умения, които влияят позитивно на самочувствието и самоувереността на студентите на някои психологически аспекти на поведение в екстремални условия, избягване пасивното поведение, което може да ни постави в ролята на жертви. Изграждане на съзнателно поведенчески модел за самоотбрана и оцеляване.	2ч.	8 занятие
	Упражнение 9. Чрез използване на иновативна технология за виртуална реалност (очила за VR за смартфон) се предоставя на обучаващите се различни ситуации в контролирана безопасна среда, в която те да придобият умения за взимане на решения по възникналите казуси и последващ анализ за ситуацията.	2ч.	9 занятие
3.	Физическа подготовка (самоподготовка)		
	Упражнение 10. Физическа самоподготовка. Запознаване на студентите с възможностите за създаване на собствена програма за развитие на физическите качества (сила, бързина, издръжливост, ловкост и гъвкавост) спрямо техните антропометрични данни, пол и изисквания.	2ч.	10 занятие
4.	Техническа (практическа) подготовка по самоотбрана:		10-14 занятие
	Упражнение 11 и 12. Чрез демонстрация се разучават реални техники за предотвратяване на конфликтни ситуации, без участие в тях. Включва демонстрация и изпълнение на: - удари; - блокове; - падания и тяхното съчетаване с цел защита от нападение.	4ч.	11-12 занятие
	Упражнение 13 и 14. Включва по-сложни техники свързани със защита от нападение с различни предмети като нож, пистолет чрез използване на предмети за самоотбрана от ежедневието. Практически демонстрации и изучаване на самоотбрана в критични ежедневни ситуации: - при опит за изнасилване; - при опит за кражба на чанта; - при сексуално посегателство; - при агресия в автомобил.	4ч.	13-14 занятие
5.	Контролно-изпитни тестове: Провежда се тест с въпроси от целия модул.	2ч.	15 занятие

МОДЕЛ ЗА ПРОВЕЖДАНЕ НА ОБУЧЕНИЕТО

<i>Занятие №</i> <i>Учебен материал</i>	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>	<i>9</i>	<i>10</i>	<i>11</i>	<i>12</i>	<i>13</i>	<i>14</i>	<i>15</i>
1. Теоретична подготовка	X	X	X	X											
2. Психологическа подготовка					X	X	X	X	X						
3. Практическа подготовка										X	X	X	X	X	
5. Контролно-изпитни тестове															X

Ползвана литература:

1. **В. А. Барташ.** Основы спортивной тренировки в рукопашном бое : ISBN 978-985-06-2463-5, учеб, пособие, Минск, 2014.
2. **John 'Lofty' Wiseman.** The SAS Self-Defense Handbook - A Complete Guide to Unarmed Combat Techniques, Headline book publishing 1997
- 3 **Валя Бочева** Агресията, като явление и проблем.
4. **Н.с. Любен Томев, Н.с. Надежда Даскалова, Виолета Иванова.** Насилието на работното място в здравеопазването в България, Федерация на синдикатите от здравеопазването на КНСБ, София, 2001
- 5.**А.А.Кадочников,** Психологическа подготовка к рукопашному бою, "Феникс" Ростов на Дон, 2003
6. **проф.д-р Томо Борисов,** Психофизически модел за самозащита и оцеляване, **ВУСИ,** презентация

Изготвил програмата: гл. ас. Владимир Иванов, доктор

/...../

Програмата е приета на Катедрен съвет No 7 на ДЕОС на 28.05.2024 г.

Съгласувано с Ръководител Катедра по езиково обучение, медицинска педагогика и спорт:

/...../

доц. Никола Георгиев, дм