

**ДЕПАРТАМЕНТ СМОЛЕНСКОЙ ОБЛАСТИ ПО ЗДРАВООХРАНЕНИЮ  
ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СМОЛЕНСКИЙ БАЗОВЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ  
ИМЕНИ К.С. КОНСТАНТИНОВОЙ»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОП.01 Здоровый человек и его окружение**

**специальность  
31.02.01 «Лечебное дело»  
3.31.02.01 «Лечебное дело»  
углубленный уровень подготовки**

**СМОЛЕНСК  
2017**

**РАССМОТРЕНО**

предметной (цикловой) комиссией  
*специальных дисциплин* №1  
 Протокол №1 от 28.08.2017г.  
 Председатель ЦМК  
 \_\_\_\_\_ / Т.С.Басихина/

**УТВЕРЖДЕНО**

методическим советом  
 Протокол №1 от 30.08.2017 г  
 Заместитель директора по УВР  
 \_\_\_\_\_ /А.Л. Буцык/

**РАССМОТРЕНО**

предметной (цикловой) комиссией  
*специальных дисциплин* №4  
 Протокол №1 от 28.08.2017 г.  
 Председатель ЦМК  
 \_\_\_\_\_/С.П.Ратманова /

Рабочая программа профессионального модуля разработана на основе:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N 273-ФЗ (в ред. 2015 г., 2016 г),
- приказа Минобрнауки № 514 от 12.05.2014 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по направлению подготовки «ЗДРАВООХРАНЕНИЕ И МЕДИЦИНСКИЕ НАУКИ», укрупненной группы специальностей 31.00.00 «КЛИНИЧЕСКАЯ МЕДИЦИНА» специальности 31.02.01 «Лечебное дело»,
- приказа Минобрнауки № 698 от 16.08.2013 «Об утверждении порядка проведения Итоговой государственной аттестации»,
- письма №12-696 от 20.10.2010 г. «О разъяснениях по формированию учебного плана ОПОП НПО и СПО»
- положения о рабочей программе учебных дисциплин/профессиональных модулей ОГБПОУ «Смоленский базовый медицинский колледж имени К.С. Константиновой».

Организация-разработчик: ОГБПОУ «Смоленский базовый медицинский колледж им. К.С. Константиновой».

Разработчики: преподаватели ОГБПОУ «Смоленский базовый медицинский колледж имени К.С. Константиновой»: высшей квалификационной категории – **Мастыко Г.Ю., Ратманова С.П.**; первой квалификационной категории – **Миляева Р.Г.**.

## СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
<b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	4
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	5
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	19
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	20

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП. 01 «Здоровый человек и его окружение»

## 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы (далее – ОПОП) в соответствии с Приказом № 514 от 12.05.2014 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по направлению подготовки «Здравоохранение и медицинские науки» укрупненной группы 31.00.00 «Клиническая медицина» по специальности среднего профессионального образования 31.02.01 «Лечебное дело».

Рабочая программа данной учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании и профессиональной подготовке работников здравоохранения среднего звена, а также как раздел программы повышения квалификации специалистов, имеющих среднее профессиональное медицинское образование.

**1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** дисциплина ОП. 01 входит в профессиональный цикл ОПОП по специальности «Лечебное дело» и изучается на 1-ом курсе во II семестре.

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен:

### уметь:

- оценивать параметры физиологического развития человека в разные возрастные периоды;
- выявлять проблемы человека в разные возрастные периоды, связанные с дефицитом знаний, умений и навыков в области укрепления здоровья;
- обучать население особенностям сохранения и укрепления здоровья в разные возрастные периоды и вопросам планирования семьи;

### знать:

- содержание понятий «здоровье», «качество жизни», «факторы риска болезни»;
- основные факторы риска развития болезней в разные возрастные периоды;
- периоды жизнедеятельности человека;
- анатомо-физиологические и психологические особенности человека;
- основные закономерности и правила оценки физического, нервно-психического и социального развития;
- универсальные потребности человека в разные возрастные периоды;
- значение семьи в жизни человека

## 1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося – **219** часов, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – **146** часов;
- самостоятельной работы обучающегося – **73** часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b><i>Количество часов</i></b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b><i>216</i></b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего),</b>	<b><i>144</i></b>
в том числе:	
- теоретические занятия	<b><i>44</i></b>
- практические занятия	<b><i>100</i></b>
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего),</b>	<b><i>72</i></b>
в том числе:	
- работа с конспектами лекций, дополнительной и справочной литературой	<b><i>20</i></b>
- составление планов, рекомендаций и памяток для населения различных возрастных групп	<b><i>32</i></b>
- реферативные сообщения	<b><i>20</i></b>
<b>Итоговая аттестация по дисциплине – дифференцированный зачет</b>	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП. 01 «Здоровый человек и его окружение»

Наименование разделов и тем <i>1</i>	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся <i>2</i>	Объём часов <i>3</i>	Уровень усвоения <i>4</i>
<b>Раздел 1. Здоровый ребенок</b>		<b>56</b>	
<b>Тема 1.1.</b> Антенатальный и неонатальный периоды	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>4</b>	
	1. <b>Внутриутробный период и период новорожденности:</b> закономерности роста и развития человека во внутриутробном периоде, факторы, влияющие на здоровье плода. Основные проблемы периода новорожденности. Анатомо-физиологические особенности новорожденного ребенка, признаки доношенности, оценка общего состояния по шкале Апгар. Первичный туалет новорожденного, организация ухода за новорожденным ребенком. Адаптация детей к условиям внеутробной жизни	2	1
	2. <b>Доношенный новорожденный:</b> пограничные состояния новорожденного ребенка. Уход за новорожденным – основные потребности новорожденного и способы их удовлетворения, возможные проблемы и пути их решения. Патронажи (дородовый, к новорожденному), сроки и цели.	2	1
	3. <b>Недоношенный новорожденный:</b> анатомо-физиологические особенности недоношенных детей. Особенности адаптации недоношенного новорожденного к условиям внеутробной жизни, организация выхаживания недоношенных детей. Особенности течения пограничных состояний у недоношенных детей. Особенности ухода за недоношенным ребенком, возможные проблемы, критерии готовности к выписке из роддома.	2	1
	<b>Практические занятия</b>	<b>12</b>	
	1. Изучение факторов, влияющих на развитие плода. Оценка потребностей новорожденного и способов их удовлетворения. Выявление основных проблем периода новорожденности, обеспечение различных путей их решения. Обучение матери уходу за доношенным новорожденным. Обучение правилам кормления грудью.	6	2
	2. Изучение морфологических и функциональных признаков недоношенности. Оценка потребностей недоношенного новорожденного и способов их удовлетворения. Выявление основных проблем, связанных с дефицитом знаний, умений и навыков у матери. Обучение матери уходу за недоношенным новорожденным.	6	2

<b>Тема 1.2.</b> Период грудного возраста	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>8</b>	
	1.	<b>Период младенчества</b> (грудного возраста): нервно-психическое развитие детей 1-го года жизни, закономерности нарастания физических показателей ребенка. Факторы, оказывающие влияние на рост, развитие и состояние здоровья ребенка младенческого возраста. Оценка физического развития детей грудного возраста по центильным таблицам.	2	1
	2.	<b>Особенности вскармливания детей раннего возраста:</b> виды вскармливания, физиологические основы и преимущества грудного вскармливания, состав грудного молока, факторы, определяющие лактацию; особенности питания и режима кормящей матери. Естественное вскармливание. Десять принципов успешного грудного вскармливания. Гипогалактия, ее причины и профилактика. Режимы кормления ребенка, сроки и правила введения новых продуктов, прикормов. Формулы для расчета разового и суточного количества пищи для детей первого года жизни.	2	1
	3.	<b>Смешанное и искусственное вскармливание.</b> Классификация смесей. Правила введения докорма. Режимы кормления ребенка, сроки и правила введения новых продуктов, прикормов. Блюда прикорма. Формулы для расчета разового и суточного количества пищи для детей первого года жизни.	2	1
	4.	<b>Физическое воспитание и организация закаливания детей грудного возраста.</b> Значение физического воспитания, различных видов закаливания и массажа для удовлетворения потребностей ребенка первого года жизни. Профилактика детских инфекционных заболеваний у детей периода младенчества. Понятие о вакцинации ребенка первого года жизни.	2	1
	<b>Практические занятия</b>		<b>16</b>	
	1.	Проведение оценки нервно-психического и физического развития грудного ребенка. Составление рекомендаций по закаливанию и физическому воспитанию. Обучение основным гимнастическим комплексам и массажу. Выявление проблем, связанных с дефицитом знаний умений и навыков в области укрепления здоровья. Составление рекомендаций по режиму дня, выбору игрушек, занятий для детей грудного возраста. Обучение родителей и окружения ребенка принципам создания безопасной окружающей среды.	6	2
	2.	Изучение особенностей вскармливания ребенка грудного возраста. Оценка преимуществ естественного вскармливания. Изучение правил, сроков и блюд введения прикорма. Составление рекомендаций по питанию и режиму кормящей матери.	4	2

	3.	Изучение особенностей смешанного и искусственного вскармливания. Знакомство с различными смесями для вскармливания. Расчет питания, составление примерного меню для ребенка грудного возраста при различных видах вскармливания. Составление планов обучения матери правильному режиму дня и меню для ребенка грудного возраста. Составление рекомендаций по выбору игрушек и игровых занятий для детей грудного возраста.	6	2
Тема 1.3. Период преддошкольного и дошкольного возраста	<b>Содержание учебного материала</b>		2	1
	1.	<b>Анатомо-физиологические особенности, физического, нервно-психического и социального развития ребенка преддошкольного и дошкольного возраста.</b> Универсальные потребности детей и способы их удовлетворения, возможные проблемы, связанные с дефицитом знаний, умений и навыков в области укрепления здоровья и пути их решения. Особенности режима дня и питания детей данного возрастного периода, создания безопасной окружающей среды, профилактика заболеваний. Подготовка ребенка к посещению детского дошкольного учреждения (ДДУ), мероприятия по адаптации в ДДУ впервые поступивших детей. Подготовка к поступлению в школу.		
	<b>Практическое занятие</b>		6	2
	1.	Проведение антропометрии и оценка физического и нервно-психического развития детей. Составление примерного меню, рекомендаций по режиму дня, проведению игровых занятий. Выявление проблем, связанных с дефицитом знаний, умений и навыков в области укрепления здоровья. Составление рекомендаций по подготовке ребенка к ДДУ, проведению мероприятий по адаптации в детском дошкольном учреждении вновь поступивших. Обучение родителей ребенка принципам закаливания, основным гимнастическим комплексам, принципам создания безопасной окружающей среды для детей преддошкольного и дошкольного возраста.		
Тема 1.4. Период младшего и старшего школьного возраста	<b>Содержание учебного материала</b>		2	1
	1.	Анатомо-физиологические особенности, рост и развитие детей младшего и старшего школьного возраста. Физическое, половое, нервно-психическое и социальное развитие. Универсальные потребности ребенка, способы их удовлетворения. Возможные проблемы. Значение физического воспитания для здоровья ребенка младшего школьного и подросткового возраста. Факторы риска и безопасности. Психологические проблемы перехода от детской к		



		взрослой жизни. Помощь подростку и его родителям в ситуациях повышенного риска (депрессивные состояния, суицидальные попытки, повышенная сексуальная активность, пристрастие к вредным привычкам, беременность).		
	<b>Практическое занятие</b>		<b>6</b>	2
	1.	Проведение антропометрии и оценка физического нервно-психического развития детей. Оценка полового развития подростков. Составление рекомендаций по закаливанию, рациональному питанию, режиму дня детей младшего и старшего школьного возраста. Обучение подростков принципам здорового образа жизни, консультирование по вопросам профилактики курения, злоупотребления алкоголем, токсикомании и наркомании.		
<b>Самостоятельная работа по разделу 1. «Здоровый ребенок»</b>			<b>28</b>	
1. Работа с конспектами лекций. 2. Работа с дополнительной и справочной литературой (знакомство с демографическими показателями, факторами, влияющими на здоровье человека, изучение нормативной документации). 3. Составление планов патронажей (дородовых, к новорожденному). 4. Составление плана беседы по поддержке грудного вскармливания. 5. Составление планов обучения родителей: <ul style="list-style-type: none"><li>- уходу за новорожденным</li><li>- рациональному и адекватному питанию ребенка грудного возраста и детей старше одного года</li><li>- режиму дня, адекватной двигательной активности и поддержанию безопасности детей разного возраста</li><li>- закаливанию детей, проведению массажа и гимнастики</li><li>- подготовке детей к посещению ДДУ и школы</li></ul> 6. Составления плана беседы с подростками по формированию приверженности здоровому образу жизни				
<b>1</b>	<b>2</b>		<b>3</b>	<b>4</b>
<b>Раздел 2. Здоровый человек</b>			<b>60</b>	
<b>Тема 2.1.</b> Особенности мужского и женского организмов в зрелом возрасте	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>4</b>	
	1.	Анатомо-физиологические, психологические и социальные особенности и различия мужчин и женщин зрелого возраста. Анатомические особенности женских половых органов, их связь с функциональным предназначением, физиология женской половой сферы, связь менструальной и детородной функции, строение женского таза, его роль в репродукции. Строение женского таза, половые отличия таза. Строение и функция наружных половых	2	1

		органов. Строение и функция внутренних половых органов. Менструальный цикл, его регуляция. Биологическое влияние женских половых гормонов на организм. Овогенез.		
	2.	Анатомические особенности мужских половых органов, понятие о сперматогенезе, потенции, фертильности. Основные вопросы взаимоотношения полов, зависимость процесса воспроизводства от внутренних и внешних факторов. Строение и функции мужских половых органов, понятие о половых и добавочных железах. Мужские половые гормоны, их биологическое действие на организм. Сперматогенез, потенция, фертильность. Влияние факторов внешней среды на половые железы. Роль медицинского работника в оказании консультативной помощи по вопросам укрепления репродуктивного здоровья.	2	1
	<b>Практическое занятие</b>		<b>6</b>	2
	1.	Дискуссионное обсуждение особенностей анатомо-физиологического строения зрелого мужского и женского организма. Репродуктивная функция человека. Влияние факторов внешней среды на процесс воспроизводства, Составление рекомендаций по адекватному и рациональному питанию, двигательной активности, правильному режиму дня. Обучение принципам создания безопасной окружающей среды, принципам здорового образа жизни.		
<b>Тема 2.2.</b> Период юношеского возраста	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>2</b>	1
	1.	Анатомо-физиологические особенности человека юношеского возраста. Возможные проблемы. Этапы половой дифференцировки. Половое созревание. Психологические проблемы перехода от детства к взрослой жизни. Помощь подростку и его родителям в ситуациях повышенного риска (депрессивные состояния, суицидальные попытки, повышенная сексуальная активность, пристрастие к вредным привычкам, беременность). Консультирование подростков по вопросам профилактики курения, злоупотребления алкоголем, токсикомании и наркомании.	2	
	<b>Практическое занятие</b>		<b>6</b>	2
	1.	Выявление проблем, связанных с дефицитом знаний, умений, навыков в области укрепления здоровья подростков. Составление рекомендаций по здоровому образу жизни, рациональному питанию, двигательной активности, правильному режиму дня, профилактике курения, злоупотребления алкоголем.		
<b>Тема 2.3.</b> Здоровье семьи	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>4</b>	
	1.	Семья – понятие, типы, этапы жизненного цикла, основные функции,	2	

		современные тенденции развития семьи в России и в мире. Права членов семьи. Значение семьи в жизни человека. Возможные медико-социальные проблемы семьи. Планирование беременности. Последствия искусственного прерывания беременности. Потребность человека в репродукции. Репродуктивное поведение человека, его критерии в современных условиях. Формирование полового влечения, его формы. Половые рефлексy мужчины и женщины. Гигиена половой жизни. Виды сексуальных нарушений. Роль медицинского работника в укреплении репродуктивного здоровья мужчины и женщины.		1
	2.	Реализации государственной программы по планированию семьи для укрепления и охраны здоровья населения. Понятие о факторах риска развития заболеваний, влияющих на репродуктивную функцию человека. Планирование семьи – понятие, структура и основные направления работы службы планирования семьи (охрана здоровья подростков, профилактика нежелательной беременности, профилактика ЗППП, помощь при бесплодии). Методы и формы консультирования по вопросам планирования семьи. Современные методы и средства контрацепции, преимущества контрацепции перед искусственным прерыванием нежелательной беременности. Принципы контрацепции в зрелом возрасте. Контрацептивные мероприятия у мужчин и женщин. Понятие о бесплодном браке, Проблемы бесплодного брака.	2	1
	<b>Практическое занятие</b>		<b>6</b>	
	1.	Определение типа семьи. Определение этапа жизненного цикла семьи. Выявление основных медико-социальных проблем семьи, определение возможных путей их решения. Составление рекомендаций по подготовке к запланированной беременности. Обучение семейной пары правильному использованию отдельных видов контрацепции. Определение факторов риска, влияющих на планирование семьи.		
<b>Тема 2.4.</b> Период беременности и родов	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>4</b>	
	1.	Основные представления об эмбриональном и плодном периоде внутриутробной жизни человека, их значение для здоровья человека; наличие жизненно важных потребностей у плода и необходимость их реализации. Оплодотворение, дробление, имплантация плодного яйца в матке. Развитие плодных оболочек. Зародышевый и плодный периоды внутриутробной жизни. Закладка пола. Критические периоды внутриутробной жизни. Вредные факторы среды, и их влияние на плод. Физиологические изменения в	2	1

		организме беременной. Признаки беременности, длительность беременности. Значение здорового образа жизни родителей, наличие желанной беременности в рождении здорового ребенка. Изменение жизненно-важных потребностей беременной женщины. Роль мужа, членов семьи в поддержании качества жизни беременной. Роль медицинского работника в поддержании нормального течения беременности и консультирования по вопросам диеты и гигиены беременной. Анатомо-физиологические, психологические и социальные особенности беременной. Дородовые патронажи.		
	2.	Необходимость сознательного подхода к материнству и отцовству, понимание возникающих проблем, готовность их решать. Психологические проблемы, связанные с предстоящими родами, материнством, отцовством. Предвестники родов, подготовка организма к родам. Течение родов: периоды родов, их длительность, течение. Родовые изгоняющие силы. Роль медицинского работника в подготовке пациентки, ее мужа, семьи к родам. Подготовка беременных женщин и их семей к родам - помощь в сознательном подходе к предстоящим проблемам, вселение уверенности в благополучном исходе родов.	2	1
	<b>Практические занятия</b>		<b>12</b>	
	1.	Обсуждение процесса оплодотворения и развития плодного яйца. Обучение определению признаков беременности. Определение предполагаемого срока родов. Составление планов дородовых патронажей. Составление рекомендаций беременной женщине по режиму дня, питанию; обучение специальным физическим упражнениям.	6	2
	2.	Изучаются периоды родов, их течение. Обучение беременной основным приемам, способствующим уменьшению болевых ощущений во время родов, правильному поведению во время родов.	6	2
<b>Тема 2.5. Послеродовый период</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>4</b>	
	1.	Послеродовый период – понятие, продолжительность, значение для здоровья женщины. Физиологическая сущность послеродового периода, основные изменения, происходящие в органах и системах родильницы (обратное развитие половых органов, изменения в эндокринной системе). Изменения семейной психологии и проблемы супругов после рождения ребенка. Принципы консультирования здоровых женщин в послеродовом периоде. Роль медицинского работника в решении этих проблем.	2	1
	2.	Лактация – понятие, значении для здоровья женщины. Преимущества	2	

		грудного вскармливания новорожденных. Проблемы родильницы, возникающие в первые дни послеродового периода и связанные с лактацией, кормлением новорожденного, изменениями в репродуктивной системе. Роль медицинского работника в осуществлении программы «Позитивное материнство». Подготовка супружеских пар к родам и послеродовому периоду. Принципы консультирования родильницы по вопросам питания, гигиены, контрацепции, сохранения грудного вскармливания.		1
	<b>Практическое занятие</b>		<b>6</b>	2
	1.	Изучение течения нормальных родов и послеродового периода; дискуссионное обсуждение течения послеродового периода, лактации. Изучение физиологических и психологических составляющих грудного вскармливания. Изучение изменений репродуктивной системы в послеродовом периоде у женщин. Определение сроков лактации, обследование молочных желез родильниц, определение объема молока, необходимого для одного кормления. Обсуждение диеты родильницы и кормящей матери. Составление рекомендаций для кормящей матери по уходу за молочными железами, питанием, профилактике маститов. Составление плана беседы с супружескими парами по подготовке к родам, грудному вскармливанию. Дискуссионное обсуждение профилактики послеродовых депрессий. Изучение принципов медицинского консультирования здоровых рожениц и родильниц.		
<b>Тема 2.6.</b> Климактерический период	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>2</b>	1
	1.	Понятия «климакс», «климактерический период», «пременопауза», «менопауза», «постменопауза». Понятие о климактерическом периоде в жизни человека как о естественном переходе от зрелости к старости, об изменении жизненно важных потребностей человека в этот период, о роли медицинского работника в решении психологических и физиологических проблем переходного периода и в сохранении качества жизни человека. Основные представления о климактерическом синдроме, факторах риска развития климактерического синдрома и возможности его профилактики. Изменения, происходящие в организме женщины и мужчины в климактерическом периоде. Особенности возрастных изменений в репродуктивной системе женщины (постепенное снижение детородной, менструальной функции, изменения сексуальной функции) и мужчины. Особенности протекания климактерического периода у женщин и мужчин. Стадии климактерического периода у женщин и их краткая характеристика по изменениям в репродуктивной системе (пременопауза,		

		менопауза, постменопауза). Роль медицинского работника в пропаганде здорового образа жизни и охране здоровья пациентов в переходном периоде.		
	Практическое занятие		6	2
	1.	Дискуссионное обсуждение причин возникновения климакса у мужчин и женщин, факторов, влияющих на появление раннего климакса. Обучение выявлению факторов, влияющих на патологическое течение климакса, проблем человека в климактерическом периоде. Составление рекомендаций женщине и мужчине в климактерическом периоде по режиму дня, питанию, гигиене, поддержанию безопасности.		
Самостоятельная работа по разделу 2. «Здоровый человек»			30	
<div>1. Работа с конспектами лекций.</div> <div>2. Работа с дополнительной и справочной литературой (знакомство с демографическими показателями, факторами, влияющими на здоровье человека, изучение нормативной документации)</div> <div>3. Составление планов обучения здорового взрослого человека рациональному питанию, адекватной двигательной активности, поддержанию безопасности и здоровому образу жизни, гигиене человека в климактерическом периоде</div> <div>4. Составление планов дородовых патронажей.</div> <div>5. Составление планов обучения беременной женщины рациональному питанию, безопасному поведению в быту, адекватной двигательной активности, выполнению дыхательной гимнастики, подготовке к родам</div> <div>6. Составление планов обучения родильниц по подготовке молочных желез к кормлению, уходу за молочными железами, питанию в послеродовом периоде и в период лактации, сохранению грудного вскармливания,</div> <div>7. Подготовка рефератов на темы:<div><div><div>- Менструальный цикл и его регуляция</div><div>- Анатомия мужской половой системы</div><div>- Сперматогенез</div><div>- Влияние вредных факторов на развитие плода.</div><div>- Режим дня и питание беременных</div><div>- Гигиена и питание родильниц</div></div><div><div>- Проблемы молодой семьи.</div><div>- Современные методы контрацепции.</div><div>- Факторы окружающей среды, способные влиять на появление раннего и патологического климакса.</div><div>- Климактерический период у женщины и мужчины.</div><div>- Климактерический синдром.</div></div></div></div>				
Раздел 3. Пожилой возраст			28	
Тема 3.1. Введение. Анатомо-физиологические и психологические особен-	Содержание учебного материала		4	
	1.	Понятие о геронтологии. Актуальность геронтологии на современном этапе развития общества. Старение как закономерный этап жизнедеятельности человека. Классификация возрастных групп. Календарный и биологический	2	1

ности лиц пожилого и старческого возраста		возраст. Виды, теория, и механизмы старения. Характеристика процесса старения. Образ жизни, его влияние на процессы старения. Характеристика демографической ситуации в РФ и регионе. Средняя продолжительность жизни населения. Основные причины смертности в России.		
	2.	Анатомо-физиологические изменения в пожилом и старческом возрасте: особенности дыхательной, сердечно-сосудистой, пищеварительной, мочеполовой, нейроэндокринной систем, системы крови, опорно-двигательного аппарата, органов чувств, кожи. Возрастные изменения личности пожилого человека и его эмоциональной жизни. Интеллект в преклонном возрасте, психомоторная способность, проявление эмоциональности. Стрессовые ситуации в старости. Нарушение памяти, сна. Возможные проблемы в удовлетворении универсальных потребностей человека в преклонном возрасте.	2	1
	<b>Практическое занятие</b>		<b>6</b>	2
	1.	Дискуссионное обсуждение наиболее значимых и актуальных теорий и механизмов старения, причин старения в регионе, в России, обсуждение средней продолжительности жизни в историческом аспекте и на современном этапе. Определение места пожилого человека в современном обществе. Изучение анатомо-физиологических и психологических аспектов старения. Определение внешних признаков старения, сравнение биологического и календарного возраста. Проведение оценки образа жизни пожилого человека на примере разбора конкретных ситуаций. Выявление возможных нарушений удовлетворения универсальных потребностей стареющего человека. Выявление изменения в состоянии важнейших органов и систем, изменения памяти, ориентации, сна, степени способности к самообслуживанию и потребности в посторонней помощи, проблем, связанных с изменением способа удовлетворения потребностей, оказание посильной помощи пациенту преклонного возраста. Изучение этических проблем общения с лицами старших возрастных групп. Составление плана беседы с пациентами преклонного возраста.		
<b>Тема 3.2.</b> Организация социальной помощи населению старших возрастных групп	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>2</b>	1
	1.	История и современная структура гериатрической службы РФ. Законодательные аспекты социальной защиты престарелых граждан. Опыт других стран. Комплексный медико-социальный характер помощи пожилым как необходимое условие её эффективности. Проблема адаптации лиц		

		старших возрастных групп к старению и микросоциальной среде. Синдром ранней смерти после выхода на пенсию («пенсионная болезнь»). Сохранение социальной активности: продолжение посильной трудовой деятельности, участие в общественной жизни, активные контакты с родственниками, чтение периодических изданий, просмотр телепередач, различные увлечения. Взаимопомощь поколений. Экономические и социальные аспекты одиночества в старости. Различные организационные формы гериатрической помощи. Создание безопасной среды для пожилого человека в общественных местах, в транспорте, на улице. Оценка степени удовлетворения универсальных потребностей стареющего человека с точки зрения влияния на здоровье. Оценка факторов индивидуального риска. Проблемы пожилых пациентов, связанные с дефицитом знаний, умений, навыков в области укрепления здоровья; роль фельдшера в решении этих проблем; медицинский работник со средним образованием как консультант по вопросам, касающимся состояния здоровья.		
	<b>Практическое занятие</b>		<b>6</b>	
	2.	Дискуссионное обсуждение социальных проблем человека преклонного возраста. Исследование проблем создания безопасной среды для людей преклонного возраста в общественных местах, в транспорте, на улице и т.д. Определение и обоснование нуждаемости в социальной помощи на примере разбора конкретных ситуаций. Исследование и оценка образа жизни, изучение степени удовлетворении универсальных потребностей пожилых людей, выявление возможных проблем, связанных с дефицитом знаний, умений, навыков в области укрепления здоровья. Определение целей и планирование объема обучения. Реализация и оценка эффективности запланированных вмешательств. Проведение бесед по вопросу укрепления здоровья в пожилом и старческом возрасте с применением элементов ситуационно-ролевых игр.		2
<b>Тема 3.3. Искусство продления жизни</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>2</b>	
	1.	Здоровый образ жизни, как залог активного долголетия. Пути увеличения продолжительности жизни и замедление темпов старения. Позитивная личностная концепция. Способы сохранения интеллекта. Особенности геродиеттики. Контроль массы тела. Режим рациональной физической активности и распорядок дня пожилого человека. Регуляция ночного сна.		1



		Личная гигиена и герокосметология. Сохранение социальных контактов. Приспособление к ограничениям и создание безопасной среды обитания для пожилого человека. Требования к жилищу и его оборудованию. Здоровый досуг. Ограничение курения, приема алкоголя. Роль семьи пожилого пациента в сохранении здоровья, способности к самообслуживанию и продлению активного долголетия.		
	<b>Практическое занятие</b>		<b>6</b>	2
	2.	Дискуссионное обсуждение вопросов, касающихся рационального образа жизни. Оценка образа жизни пожилого человека на примере разбора конкретных ситуаций. Мероприятия по формированию представлений о здоровом образе жизни у людей преклонного возраста. Формирование суточного меню для человека преклонного возраста в соответствии с требованиями геродиетии. Составление комплекса гимнастических упражнений, разработка плана беседы о герокосметологии, вреде курения, алкоголизма в старости. Проведение беседы с пациентом о значении сна и способах его регуляции, стрессе и его последствиях, о возможностях борьбы со стрессом. Проведение беседы о личной гигиене и гигиене жилища.		
<b>Тема 3.4.</b> Медико-социальные и психологические аспекты смерти	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>2</b>	1
	1.	Танатология как наука. Понятие «смерть». Классификация смерти. Медико-биологические, философские, религиозные, социально-психологические аспекты смерти. Законодательства РФ об эвтаназии. Естественная смерть. Основные этапы умирания и смерти. Эмоциональные стадии горевания. Психологическая поддержка умирающего человека и его близких. Констатация смерти. Уход за телом умершего. Похороны у славянских народов России и других народов, населяющих наш регион. Стадии траура. Общение с пережившими утрату.		
<b>Самостоятельная работа по разделу 4. Пожилыи возраст</b>			<b>14</b>	
1. Работа с конспектами лекций. 2. Работа с дополнительной и справочной литературой (знакомство с демографическими показателями, факторами, влияющими на здоровье человека, изучение нормативной документации). 3. Составление планов патронажа пожилого человека. 4. Составление планов обучения пожилого человека самоуходу, рациональному питанию, поддержанию безопасности адекватному режиму двигательной активности. 5. Составление рекомендаций для родственников по уходу за пациентом преклонного возраста, помощи пожилому человеку с				

<p>нарушением слуха и зрения.</p> <p>6. Подготовка рефератов на темы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «Пенсионная болезнь» и как ее избежать.</li> <li>- Создание безопасного и комфортного жилья для пожилого человека.</li> <li>- Геродиетика.</li> <li>- Геротокосметология.</li> <li>- Здоровый образ жизни пожилого человека.</li> </ul>		
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>144</b>	
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>216</b>	

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета «Основы профилактики»

##### **Оборудование учебного кабинета:**

- весы горизонтальные и напольные (для измерения массы тела детей и взрослых)
- ростомеры горизонтальные и вертикальные (для измерения массы тела детей и взрослых)
- пеленальный стол
- средства ухода и одежда для детей первого года жизни
- сантиметровая лента
- таблицы, схемы, структуры, диаграммы
- медицинская документация
- методические пособия, рекомендации для обучающихся
- муляжи, фантомы

##### **Технические средства обучения:**

- компьютер
- мультимедийный проектор (интерактивная доска)
- экран (при отсутствии интерактивной доски)

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения:**

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы:

##### **Основные источники:**

1. Д.А. Крюкова, Л.А. Лысак, О.В. Фурса; под ред. Б.В. Кабарухина. Здоровый человек и его окружение: Учебное пособие – Изд. 13-е – Ростов н/Д: Феникс, 2014.
2. Волков С.Р., Волкова М.М. Здоровый человек и его окружение. Руководство к практическим занятиям: Учебное пособие. – М.: ОАО «Издательство «Медицина», 2010.
3. Лисицын Ю.П. Общественное здоровье и здравоохранение. – Учебник. М.; ГЭОТАР-Медиа, 2009.
4. Филатова С.А. и др. Геронтология. Учебник. Ростов н/Д: Феникс, 2005

##### **Дополнительные источники:**

1. Медик В.А., Юрьев В.К. Общественное здоровье и здравоохранение. – М.: ИКЦ «Академкнига», «Медицина», 2008.
2. Руководство по первичной медико-санитарной помощи/Под ред. И.Н. Денисова, А.А. Баранова – М. ГЭОТАР-Медиа, 2007.

3. Руководство по медицинской профилактике / Под ред. Р.Г. Оганова – М. ГЭОТАР-Медиа, 2007.
4. Основы законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан от 22 июля 1993 г. N 5487-1 (с изменениями и дополнениями).
5. Организация профилактической деятельности амбулаторно-поликлинических учреждений на современном этапе / Под ред. А.И. Вялкова. М.: ГЭОТАР-Медиа, 2009.
6. Руководство по амбулаторно-поликлинической педиатрии / Под ред. А.А. Баранова – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2007.
7. Охрана здоровья детей и подростков / Под ред. Сопиной З.Е.: Уч. пособ. – М. ГЭОТАР-Медиа, 2009.
8. Руководство для средних медицинских работников / Под ред. Ю.П. Никитина, В.М. Чернышева. – М. ГЭОТАР-Медиа, 2007.
9. Гурвич М.М. Диетология для медсестры: полное руководство. – М.: Эксмо, 2009.
10. Дзигуа М.В. Луныкина Е.А. Сестринское дело в акушерстве и гинекологии. Учебное пособие. – М: АНМИ, 2005

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<b>Умения (У):</b>	
<b>У-1.</b> Оценивать параметры физиологического развития человека в разные возрастные периоды.	Наблюдение и оценка демонстрации обучающимися практических умений. Решение ситуационных задач. Решение заданий в тестовой форме.
<b>У-2.</b> Выявлять проблемы человека в разные возрастные периоды, связанные с дефицитом знаний, умений и навыков в области укрепления здоровья.	Решение ситуационных задач. Решение заданий в тестовой форме. Анализ составления плана беседы с различными категориями населения. Анализ составления плана беседы с подростками по формированию приверженности здоровому образу жизни.
<b>У-3.</b> Обучать население особенностям сохранения и укрепления здоровья в разные возрастные периоды и вопросам планирования семьи.	Решение ситуационных задач. Анализ составления памяток для различных возрастных групп населения по здоровому образу жизни и вопросам планирования семьи. Анализ составления планов бесед с различными категориями населения по формированию приверженности здоровому образу жизни, по планированию семьи.

<b>Знания (З):</b>	
<b>З-1.</b> Содержание понятий «здоровье», «качество жизни», «факторы риска болезни».	Решение заданий в тестовой форме.
<b>З-2.</b> Основные факторы риска развития болезней в разные возрастные периоды.	Анализ выполнения заданий для самостоятельной работы. Решение ситуационных задач. Решение заданий в тестовой форме.
<b>З-3.</b> Периоды жизнедеятельности человека	Решение заданий в тестовой форме. Анализ составления планов патронажа новорожденного и ребенка первого года жизни. Анализ составления плана проведения занятий с беременной. Анализ составления памятки по гигиене для кормящей матери и беременной женщины. Анализ составления отчета о патронаже пожилого человека с выводами и рекомендациями. Анализ составления и оформление памяток для населения.
<b>З-4.</b> Анатомо-физиологические и психологические особенности человека.	Решение ситуационных задач. Решение заданий в тестовой форме.
<b>З-5.</b> Основные закономерности и правила оценки физического, нервно-психического и социального развития.	Решение ситуационных задач. Решение заданий в тестовой форме.
<b>З-6.</b> Универсальные потребности человека в разные возрастные периоды; значение семьи в жизни человека.	Анализ выполнения заданий для самостоятельной работы. Решение ситуационных задач. Решение заданий в тестовой форме.
<b>З-7.</b> Значение семьи в жизни человека.	Анализ выполнения заданий для самостоятельной работы.
<b>Итоговая форма контроля по дисциплине ОП.01 – дифференцированный зачет</b>	