

ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЕГО  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «РОСЛАВЛЬСКИЙ  
МЕДИЦИНСКИЙ ТЕХНИКУМ»

РАССМОТРЕНО  
НА ЗАСЕДАНИИ ЦМК ОПД  
ПРОТОКОЛ № 1 ОТ  
«31» августа 2015 Г.  
ПРЕДСЕДАТЕЛЬ ЦМК

Т.Г. ЕЛИСЕЕНКО  
протокол № 1 от 30.08.16г  
председатель ЦМК  
протокол № 1 от 30.08.2017г  
председатель ЦМК

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ОГБОУ СПО  
«РОСЛАВЛЬСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ  
ТЕХНИКУМ»

Г.В. ФРОЛОВА

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.01. Здоровый человек и его окружение

для специальности 31.02.01. «Лечебное дело»

Уровень подготовки – углубленный

квалификация - фельдшер

Переутверждена на 2016, 2017г.

Протокол методсовета № 1

от 30 августа 2016г.

Председатель [подпись]

Переутверждена на 2017, 2018г.

Протокол методсовета № 1

от 30 августа 2017г.

Председатель [подпись]

2015 год

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе  
Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС)  
по специальности среднего профессионального образования (далее СПО)  
31.02.01 «Лечебное дело»

**Организация разработчик:** ОГБОУ СПО «Рославльский медицинский  
техникум»

**Разработчики:** Клименкова Е.В. – преподаватель профессионального цикла  
ОГБОУ СПО «Рославльский медицинский техникум»

Антипенская С. А. – преподаватель профессионального цикла  
ОГБОУ СПО «Рославльский медицинский техникум»

Колосова Е.А. – преподаватель профессионального цикла  
ОГБОУ СПО «Рославльский медицинский техникум»

**Рецензенты:** Мастыко Г.Ю. – заведующая методическим сектором ОГБПОУ  
«Смоленский базовый медицинский колледж имени К.С. Константиновой»

Елисеенко Т.Г.- председатель ЦМК ОПД ОГБОУ СПО  
«Рославльский медицинский техникум»

Рекомендовано:

методическим советом

ОГБОУ СПО «Рославльский медицинский техникум»

Протокол № 1 от 31 августа 2015 год *Председатель М. П. В. Тригдарева*  
Протокол № 1 от 30 августа 2016г. *Председатель М. П. В. Тригдарева*  
Протокол № 1 от 30 августа 2017г. *Председатель Ольга П. А. Иванова*

## СОДЕРЖАНИЕ

|  |           |
|--|-----------|
| <b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....</b>  | <b>4</b>  |
| 1.1. Область применения программы .....  | 4         |
| 1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:<br>дисциплина профессионального цикла ..... | 4         |
| 1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:.....   | 4         |
| 1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:.....   | 5         |
| <b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....</b>  | <b>6</b>  |
| 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы .....  | 6         |
| 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины .....   | 7         |
| <b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ .....</b>  | <b>18</b> |
| 3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению .....  | 18        |
| 3.2. Информационное обеспечение обучения:.....   | 18        |
| <b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.....</b>   | <b>20</b> |

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## Здоровый человек и его окружение

### 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины «Здоровый человек и его окружение» является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 31.02.01 «Лечебное дело».

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании и профессиональной подготовке специалистов среднего звена при наличии среднего (полного) общего образования, а также как раздел программы повышения квалификации специалистов, имеющих среднее профессиональное медицинское образование.

### 1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: дисциплина профессионального цикла

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

В результате освоения 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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен 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 Требования к результатам освоения программы подготовки специалистов среднего звена.

Фельдшер должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:

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 эффективность и качество.

ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения возложенных на него профессиональных задач, а также для своего профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 7. Брать ответственность за работу членов команды (подчинённых), за результат выполнения заданий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать и осуществлять повышение своей квалификации.

ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.

ОК 10. Бережно относиться к историческому наследию и культурным традициям народа, уважать социальные, культурные и религиозные различия.

ОК 11. Быть готовым брать на себя нравственные обязательства по отношению к природе, обществу, человеку.

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.

### **1.5 Количество часов на освоение программы дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося 234 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 156 часов;

самостоятельной работы обучающегося 78 часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

| <b>Вид учебной работы</b>   | <b>Объем часов</b> |
|---|--------------------|
| <b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>  | <b>234</b>         |
| <b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>   | <b>156</b>         |
| в том числе:  |                    |
| практические занятия  | <b>102</b>         |
| <b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>  | <b>78</b>          |
| в том числе:  |                    |
| Реферативные сообщения  | <b>6</b>           |
| Составление памяток, планов, меню, патронажей и рекомендаций для населения различных возрастных групп | <b>46</b>          |
| Изучение материалов учебной и дополнительной литературы   | <b>26</b>          |
| Итоговая аттестация в форме экзамена  |                    |

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

### ЗДОРОВЫЙ ЧЕЛОВЕК И ЕГО ОКРУЖЕНИЕ

| Наименование разделов и тем   | Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся  | Объем часов | Уровень освоения |
|---|---|-------------|------------------|
| <b>Раздел 1. Здоровье. Потребности человека. Рост и развитие</b>                    |   | <b>3</b>    |                  |
| <b>Тема 1.1. Здоровье и качество жизни</b>  | <b>Содержание учебного материала.</b><br>Понятия: «здоровье», «образ жизни», «качество жизни». Понятие о группах здоровья. Критерии здоровья. Факторы, влияющие на здоровье. Факторы риска здоровью. Центр здоровья. Школа здоровья. Основные показатели оценки здоровья. Демографическая ситуация в мире, России, регионе. Роль сестринского персонала в сохранении и укреплении здоровья, в организации медицинской профилактики  | 2           | 1                |
|   | <b>Самостоятельная работа.</b><br><i>Расчет демографических показателей (рождаемость, смертность, естественный прирост), их оценка и анализ. Выявление факторов, влияющих на здоровье человека (на примере конкретных ситуаций).</i>  | 1           |                  |
| <b>Тема 1.2. Потребности человека в разные возрастные периоды. Рост и развитие.</b> | <b>Содержание учебного материала.</b><br>Понятия: «потребности человека», «возраст», «возрастные периоды», «хронологический возраст», «биологический возраст» и «юридический возраст». Основные потребности человека в разные возрастные периоды.<br>Понятия: «рост» и «развитие». Факторы, оказывающие воздействие на рост и развитие. Основные закономерности роста и развития человека.<br>Характеристика роста и развития в разные возрастные периоды. Особенности сбора информации в разные возрастные периоды человека. | 1           | 2                |
|   | <b>Самостоятельная работа.</b><br><i>Определение универсальных потребностей человека.<br/>Рефераты на темы, касающиеся теорий развития человека.</i>  | 1           |                  |

|  |  |   |   |
|--|--|---|---|
| <b>Раздел 2. Здоровье детей</b>                          |  |   |   |
| <b>Тема 2.1. Внутриутробный период и период новорож-</b> | <b>Содержание учебного материала.</b><br>Внутриутробный период и период новорожденности: закономерности роста и развития человека во внутриутробном периоде. Факторы, влияющие на здоровье плода. Значение дородовых патронажей, | 3 | 2 |

|  |   |    |   |
|--|---|----|---|
| <p><b>денности</b></p>                                     | <p>их цели и сроки. Основные проблемы периода новорожденности.<br/> Период новорожденности (неонатальный), его характеристика. Анатомо-физиологические особенности новорожденного ребенка. Признаки доношенности новорожденного ребенка. Оценка общего состояния по шкале Апгар. Первичный туалет новорожденного.<br/> Организация ухода за новорожденным ребенком. Адаптация детей к условиям внеутробной жизни.<br/> Пограничные состояния новорожденного ребенка. Основные потребности новорожденного и способы их удовлетворения. Возможные проблемы и пути их решения.<br/> Патронаж новорожденного. Сроки и цели.<br/> Признаки недоношенности новорожденного ребенка. Оценка общего состояния по шкале Апгар. Первичный туалет новорожденного.<br/> Организация ухода за недоношенным ребенком. Адаптация детей к условиям внеутробной жизни</p>   |    |   |
|  | <p><b>Практическое занятие.</b><br/> Выявление факторов, влияющих на эмбриональное развитие, здоровье плода. Выявление проблем, связанных с дефицитом знаний, умений и навыков, в области укрепления здоровья.<br/> Обучение поддержке грудного вскармливания.<br/> Выявление основных проблем периода новорожденности. Обучение правилам кормления грудью, уходу за новорожденным.</p>   | 10 |   |
|  | <p><b>Самостоятельная работа.</b><br/> Составление планов патронажей (дородовых; новорожденных)<br/> Составление планов обучения уходу за новорожденным.<br/> Составление плана беседы по поддержке грудного вскармливания.</p>   | 7  |   |
| <p><b>Тема 2.2.<br/> Период грудного<br/> возраста</b></p> | <p><b>Содержание учебного материала.</b><br/> Анатомо-физиологические особенности, рост и развитие ребенка грудного возраста.<br/> Оценка нервно-психического развития ребенка грудного возраста.<br/> Основные универсальные потребности ребенка периода младенчества и способы их удовлетворения.<br/> Возможные проблемы. Факторы, создающие опасную окружающую среду.<br/> Виды вскармливания. Гипогалактия, ее причины, профилактика.<br/> Режимы кормления новорожденных детей периода младенчества. Сроки и правила введения новых продуктов, прикормов. Формулы для расчета разового и суточного количества пищи для детей первого года жизни.<br/> Значение режима и воспитания для удовлетворения потребностей ребенка.<br/> Значение физического воспитания, закаливания, массажа для здоровья и развития ребенка первого года жизни.<br/> Профилактика детских инфекционных заболеваний у детей периода младенчества. Понятие о вакцинации ребенка первого года жизни</p> | 8  | 2 |



|   |  |    |   |
|---|--|----|---|
|   | <p><b>Практическое занятие.</b><br/>Проведение антропометрических измерений и оценка полученных результатов. Оценка физического и нервно-психического развития детей грудного возраста. Выявление проблем, связанных с дефицитом знаний, умений и навыков в области укрепления здоровья. Составление рекомендаций по закаливанию ребенка. Обучение родителей и окружение ребенка правилам и технике кормления детей. Составление примерного меню для ребенка грудного возраста при разных видах вскармливания. Обучение основным гимнастическим комплексам и массажу. Составление рекомендаций по режиму дня, выбору игрушек и игровых занятий для детей грудного возраста. Обучение родителей и окружения ребенка принципам создания безопасной окружающей среды</p>  | 12 |   |
|   | <p><b>Самостоятельная работа.</b><br/><i>Составление планов обучения организации режима дня и питания.</i><br/><i>Составление планов обучения поддержанию безопасности ребенка грудного возраста</i></p>   | 10 |   |
| <p><b>Тема 2.3. Период преддошкольного и дошкольного возраста</b></p> | <p><b>Содержание учебного материала.</b><br/>Анатомо-физиологические особенности, рост и развитие ребенка преддошкольного и дошкольного возраста.<br/>Универсальные потребности ребенка преддошкольного и дошкольного возраста и способы их удовлетворения, возможные проблемы.<br/>Физическое, нервно-психическое и социальное развитие ребенка преддошкольного и дошкольного возраста.<br/>Питание ребенка старше 1 года.<br/>Социальная адаптация ребенка.<br/>Подготовка к поступлению в детское дошкольное учреждение и в школу. Факторы риска.<br/>Безопасная окружающая среда для детей преддошкольного и дошкольного возраста</p>  | 2  | 2 |
|   | <p><b>Практическое занятие.</b><br/>Проведение антропометрических измерений и оценка полученных результатов. Оценка физического и нервно-психического развития. Составление примерного меню, рекомендаций по режиму дня, выбору игрушек, игровых занятий для детей преддошкольного и дошкольного возраста. Выявление проблем, связанных с дефицитом знаний, умений и навыков в области укрепления здоровья. Составление рекомендаций по адаптации в детском дошкольном учреждении. Обучение родителей ребенка и его окружение принципам закаливания, основным гимнастическим комплексам и массажу, применяемым для детей преддошкольного и дошкольного возраста. Обучение родителей и окружения ребенка принципам создания безопасной окружающей среды для детей преддошкольного и дошкольного возраста.</p> | 6  |   |
|   | <p><b>Самостоятельная работа.</b><br/><i>Составление планов обучения организации режима дня и питания.</i></p>   | 4  |   |

|  |  |     |   |
|--|--|-----|---|
|  | <p><i>Составление планов обучения поддержанию безопасности ребенка.</i></p> <p><i>Составление планов бесед с родителями о подготовке детей к посещению дошкольного учреждения, школы</i></p>   |     |   |
| <p><b>Тема 2.4. Период младшего школьного возраста</b></p>                             | <p><b>Содержание учебного материала.</b></p> <p>Анатомо-физиологические особенности, рост и развитие ребенка младшего школьного возраста; Универсальные потребности, способы их удовлетворения. Возможные проблемы. Принципы создания безопасной окружающей среды для детей младшего школьного возраста.</p> <p>Значение физического воспитания для здоровья ребенка. Факторы риска и безопасности</p>   | 1   | 2 |
|  | <p><b>Практическое занятие.</b></p> <p>Проведение антропометрических измерений. Оценка физического, нервно-психического и полового развития детей младшего школьного возраста. Составление примерного меню детям младшего возраста. Обучение родителей ребенка и его окружения принципам создания безопасной окружающей среды. Составление рекомендаций по режиму дня для детей младшего школьного возраста. Составление рекомендаций по адаптации к школе. Обучение родителей ребенка и его окружения принципам закаливания, основным гимнастическим комплексам</p>   | 3   |   |
|  | <p><b>Самостоятельная работа.</b></p> <p><i>Составление планов обучения рациональному и адекватному питанию.</i></p> <p><i>Составление планов обучения поддержанию адекватной двигательной активности.</i></p> <p><i>Составление планов обучения поддержанию безопасности</i></p>  | 1,5 |   |
| <p><b>Тема 2.5. Период старшего школьного возраста (подростковый, пубертатный)</b></p> | <p><b>Содержание учебного материала.</b></p> <p>Анатомо-физиологические особенности органов и систем ребенка старшего школьного возраста. Физическое, половое, нервно-психическое и социальное развитие.</p> <p>Универсальные потребности ребенка, способы их удовлетворения. Возможные проблемы.</p> <p>Значение физического воспитания для здоровья ребенка подросткового возраста. Факторы риска и безопасности.</p> <p>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).</p> <p>Консультирование подростков по вопросам профилактики курения, злоупотребления алкоголем, токсикомании и наркомании</p> | 1   | 1 |
|  | <p><b>Практическое занятие.</b></p> <p>Проведение антропометрических измерений. Оценка физического, нервно-психического и полового развития детей старшего школьного возраста. Обучение выявлению ситуаций повышенного риска и оказанию поддержки при их развитии. Составление рекомендаций по адекватному и рациональному питанию, правильному режиму дня. Обучение девочек-подростков технике самообследования молоч-</p>  | 3   |   |

|  |   |           |  |
|--|---|-----------|--|
|  | ных желез, мальчиков-подростков - технике самообследования яичек. Обучение подростка и его окружения принципам создания безопасной окружающей среды. Обучение подростка принципам здорового образа жизни  |           |  |
|  | <b>Самостоятельная работа.</b><br>Составление планов обучения рациональному и адекватному питанию.<br>Составление планов обучения поддержанию адекватной двигательной активности.<br>Составление планов обучения поддержанию безопасности.<br>Составление планов бесед с детьми старшего школьного возраста и их родителями о выборе профессии.<br>Составление планов бесед о профилактике вредных привычек | 1,5       |  |
|  | <b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>  | <b>78</b> |  |
|  | <b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>   | <b>52</b> |  |

|   |  |   |  |
|---|--|---|--|
| <b>Раздел III. Здоровье мужчины и женщины зрелого возраста.</b>       |  |   |  |
| <b>Тема 3.1.<br/>Период юношеского возраста</b>                       | <b>Содержание учебного материала.</b><br>Анатомо-физиологические особенности человека юношеского возраста. Психологическое поведение. Социальные потребности у юношей. Способы удовлетворения основных потребностей человека юношеского возраста. Возможные проблемы. Значение физической культуры, спорта, правильного питания в этот период. Поддержание здорового образа жизни. | 2 |  |
|   | <b>Самостоятельная работа.</b><br>Составление планов обучения рациональному и адекватному питанию.<br>Составление планов обучения поддержания безопасности.  | 2 |  |
| <b>Тема 3.2.<br/>Особенности мужского организма в зрелом возрасте</b> | <b>Содержание учебного материала.</b><br>Анатомическое строение мужского организма. Физиологические особенности. Сперматогенез. Психологические различия мужчин и женщин зрелого возраста. Способы удовлетворения универсальных потребностей. Возможные проблемы.  | 2 |  |
| <b>Тема 3.3.<br/>Особенности женского организма в зрелом возрасте</b> | <b>Содержание учебного материала.</b><br>Анатомическое строение женских половых органов. Физиологические особенности женского организма. Нормальный менструальный цикл. Психологические и социальные особенности женщин зрелого возраста. Возможные проблемы.  | 2 |  |
|   | <b>Практическое занятие.</b>   | 6 |  |

|   |   |   |  |
|---|---|---|--|
|   | Составление рекомендаций по адекватному и рациональному питанию, двигательной активности, режиму дня. Выявление проблем, связанных с дефицитом знаний и умений в области укрепления здоровья. Обучение ведения менструального календаря.  |   |  |
|   | <b>Самостоятельная работа.</b><br>Составление планов обучения рациональному и адекватному питанию.<br>Составление менструального календаря<br>Составление планов рационального питания.<br>Составление планов обучения адекватной двигательной активности.<br>Составление планов обучения поддержания безопасности. | 4 |  |
| <b>Тема 3.4.<br/>Здоровье семьи.</b>            | <b>Содержание учебного материала.</b><br>Понятие семьи. Типы семейных отношений. Этапы жизненного цикла. Основные функции семьи. Права членов семьи. Значение семьи в жизни человека.   | 2 |  |
|   | <b>Практическое занятие.</b><br>Определение типа семьи.<br>Определение этапа жизненного цикла семьи.<br>Выявление основных медико-социальных проблем семьи.<br>Составление рекомендаций по подготовке к запланированной беременности.   | 4 |  |
|   | <b>Самостоятельная работа.</b><br>Составление классификаций разных видов контрацепции.<br>Эссе на темы влияния семьи на здоровье человека.  | 4 |  |
| <b>Тема 3.5.<br/>Планирование беременности.</b> | <b>Содержание учебного материала.</b><br>Планирование беременности. Регуляция рождаемости. Возможные медико-социальные проблемы при планировании беременности. Последствия искусственного прерывания беременности.  | 2 |  |
|   | <b>Практическое занятие.</b><br>Возможные медико-социальные проблемы при планировании беременности.<br>Вредные факторы, влияющие на беременность.   | 6 |  |
|   | <b>Самостоятельная работа.</b><br>Составление рекомендаций по подготовке к запланированной беременности.<br>Составление плана обучения семейной пары правильному использованию отдельных видов контрацепции   | 4 |  |
| <b>Тема 3.6.<br/>Период беременности.</b>       | <b>Содержание учебного материала.</b><br>Физиологические изменения в организме женщины в связи с наступившей беременностью. Психологические и социальные особенности беременной. Процесс оплодотворения. Внутриутробное развитие человека. Строение плодного яйца. Признаки беременности.                           | 2 |  |
|   | <b>Практическое занятие.</b>  |   |  |

|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
|  | Обучение определению признаков беременности.<br>Определение предполагаемого срока родов.<br>Рекомендации по гигиене, питанию, режиму дня беременной.<br>Обучение специальным физическим упражнениям во время беременности.   | 6 |  |
|  | <b>Самостоятельная работа.</b><br>Составление планов дородовых патронажей.<br>Составление планов обучения питанию беременных, безопасному поведению, подготовке к родам.   | 4 |  |
| <b>Тема 3.7.<br/>Физиологические роды.</b>           | <b>Содержание учебного материала.</b><br>Периоды родов, родовые изгоняющие силы. Длительность каждого периода родов. Правильное поведение в родах. Приёмы, способствующие уменьшению болевых ощущений во время родов. Нормальная кровопотеря в родах.  | 2 |  |
| <b>Тема 3.8.<br/>Нормальный послеродовой период.</b> | <b>Содержание учебного материала.</b><br>Длительность послеродового периода. Физиологические изменения в послеродовом периоде. Факторы, влияющие на лактацию. Послеродовой патронаж. Режим питания в послеродовом периоде. Гигиена беременных. Режим дня беременных.   | 2 |  |
|  | <b>Практическое занятие.</b><br>Определение каждого периода родов, его длительность. Обучение беременной основным приёмам, способствующим уменьшению боли во время родов. Обучение правильному поведению во время родов. Составление рекомендаций по режиму, питанию, гигиене в послеродовом периоде. Физиологические изменения в послеродовом периоде. Факторы, влияющие на лактацию. Составление планов послеродовых патронажей. | 6 |  |
|  | <b>Самостоятельная работа.</b><br>Составление планов обучения приемов для уменьшения болевых ощущений во время родов.<br>Составление планов по обучению питания, безопасному поведению рожениц.<br>Составление планов обучения грудного вскармливания.   | 4 |  |
| <b>Тема 3.9.<br/>Климактерический период.</b>        | <b>Содержание учебного материала.</b><br>Понятие «климакс», «климактерический период», «пременопауза», «менопауза», «постменопауза». Причины возникновения климакса. Изменения, происходящие в организме мужчины и женщины в климактерическом периоде. Особенности протекания климакса у женщин и мужчин. Возможные проблемы и пути их решения.  | 2 |  |
|  | <b>Практическое занятие.</b><br>Обучение выявлению факторов, влияющих на патологическое течение климакса, проблем человека в климактерическом периоде. Составление рекомендаций по режиму дня, питанию, гигиене, поддержанию безопасности.   | 6 |  |
|  | <b>Самостоятельная работа.</b><br>Составление рекомендаций по правильному питанию.   | 4 |  |

|  |   |           |  |
|--|---|-----------|--|
|  | <i>Составление планов обучения физическим упражнениям, режиму дня в климактерическом периоде.</i> |           |  |
|  | <b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>  | <b>78</b> |  |
|  | <b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>   | <b>52</b> |  |

| <b>Раздел IV. Здоровье человека пожилого возраста</b>   |  |   |   |
|---|--|---|---|
| <b>Тема 4.1.<br/>Основы геронтологии.</b>   | <p><b>Содержание учебного материала.</b><br/>Основные понятия: «геронтология», «гериатрия», «старость», «старение», «биологический возраст», «календарный возраст», «витаукт».<br/>Виды, теории старения и развития возрастной патологии.<br/>Особенности универсальных потребностей в пожилом и старческом возрасте.</p>  | 2 | 2 |
|   | <p><b>Самостоятельная работа.</b><br/><i>Составление кроссворда с использованием терминов, понятий.</i></p>  | 4 | 2 |
| <b>Тема 4.2.<br/>Виды, теории, механизм старения.</b>   | <p><b>Содержание учебного материала.</b><br/>Виды, теории, механизм старения.</p>  | 2 |   |
| <b>Тема 4.3.<br/>Анатомо-физиологические особенности лиц пожилого и старческого возраста.</b> | <p><b>Содержание учебного материала.</b><br/>Анатомо-физиологические особенности дыхательной, сердечно-сосудистой, пищеварительной, мочевыделительной, эндокринной, системы крови, опорно-двигательного аппарата.<br/>Роль анатомо-физиологических изменений в формировании патологии.</p>   | 2 | 2 |
|   | <p><b>Практическое занятие.</b><br/>Определение анатомо - физиологических особенностей лиц пожилого и старческого возраста.<br/>Выявление особенностей удовлетворения физиологических потребностей в пожилом и старческом возрасте.<br/>Определение «биологического возраста»<br/>Выявление факторов, влияющих на процесс старения организма и формирование болезней.<br/>Ознакомление с «Кодексом здоровья и долголетия. Старшая возрастная группа».<br/>Отработка навыков обучения населения профилактике преждевременного старения и заболеваний в пожилом и старческом возрасте.</p> | 6 |   |
|   | <p><b>Самостоятельная работа.</b><br/><i>Подготовка реферативных сообщений: «Профилактика преждевременного старения, как средство предупреждения развития различных заболеваний», «Двигательная активность в пожилом возрасте», «Рациональное питание в пожилом возрасте», «Роль здорового образа жизни в профилактике старения».</i><br/><i>Составление рекомендаций по немедикаментозным средствам профилактики старения и заболеваний различных органов и систем в пожилом возрасте.</i></p>  | 6 |   |

|   |  |   |  |
|---|--|---|--|
| <p><b>Тема 4.4.</b><br/><b>Нервно-психические особенности пожилого человека, возрастные изменения личности.</b></p> | <p><b>Содержание учебного материала.</b><br/>Возрастные изменения нервной системы и органов чувств в пожилом возрасте.<br/>Психологические особенности лиц пожилого и старческого возраста.</p>  | 2 |  |
|   | <p><b>Практическое занятие.</b><br/>Определение «жизненных позиций» пожилых людей.<br/>Определение образа жизни и долголетия.<br/>Среда обитания пожилого человека, патронаж к пожилому человеку.</p>  | 6 |  |
| <p><b>Тема 4.5.</b><br/><b>Особенности общения с пожилым человеком.</b></p>   | <p><b>Содержание учебного материала.</b><br/>Особенности удовлетворения потребности общения в пожилом возрасте с учётом психологических особенностей возраста.</p>   | 2 |  |
|   | <p><b>Практическое занятие.</b><br/>Выявление особенностей психики, характерных для лиц пожилого и старческого возраста.<br/>Определение проблем пожилых людей и их окружения, обусловленных возрастными изменениями психики.<br/>Отработка навыков обучения семьи профилактике и решению проблем, обусловленных изменениями психики родственников пожилого и старческого возраста.</p>  | 6 |  |
|   | <p><b>Самостоятельная работа.</b><br/><i>Составление рекомендаций для членов семьи по правилам поведения и общения с пожилым родственником.</i><br/><i>Подготовка реферативного сообщения «Роль общения в жизни пожилого человека».</i><br/><i>Разработка рекомендаций для пожилого человека по сохранению и укреплению памяти.</i></p>  | 6 |  |
| <p><b>Тема 4.6.</b><br/><b>Здоровый образ жизни как залог долголетия.</b></p>                                       | <p><b>Содержание учебного материала</b><br/>Особенности питания у пожилых лиц.<br/>Физические упражнения у лиц пожилого возраста при различных заболеваниях.</p>   | 2 |  |
| <p><b>Тема 4.7.</b><br/><b>Медико-социальные проблемы лиц пожилого и старческого возраста.</b></p>                  | <p><b>Содержание учебного материала</b><br/>Основные факторы риска развития болезней в пожилом и старческом возрасте.<br/>Значение семьи в жизни пожилого человека.<br/>Возможные проблемы пожилого пациента, обусловленные возрастными изменениями организма, дефицитом знаний, умений и навыков в области укрепления здоровья. Пути решения.<br/>Возможные проблемы пожилого пациента, обусловленные дефицитом знаний в области социальной</p> | 2 |  |

|  |  |           |  |
|--|--|-----------|--|
|  | помощи людям пожилого и старческого возраста. Пути решения.  |           |  |
|  | <b>Практическое занятие.</b><br>Выявление медико-социальных проблем пожилого пациента.<br>Определение вариантов решения медико-социальных проблем пожилого пациента.<br>Планирование мероприятий по укреплению здоровья в пожилом возрасте.<br>Отработка навыков обучения населения мерам профилактики старения и укреплению здоровья.     | 6         |  |
|  | <b>Самостоятельная работа.</b><br><i>Составление рекомендаций по профилактике бытового травматизма в пожилом возрасте, по рациональной организации быта пожилого человека.</i><br><i>Подготовка реферативных сообщений: «Профилактика «пенсионной» болезни», «Активная старость», «Качество пожилого человека в современном обществе».</i> | 6         |  |
| <b>Тема 4.8.</b><br><b>Медицинская и социальная защита населения старших возрастных групп.</b> | <b>Содержание учебного материала.</b><br>Законодательные аспекты медико-социальной помощи пожилым.<br>Медицинские аспекты защиты пожилых.<br>Социальные аспекты.<br>Проблема адаптации лиц пожилого возраста к старению.   | 2         |  |
|  | <b>Практическое занятие.</b><br>Определение категории престарелых повышенного риска.<br>Определение форм социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов.<br>Определение медицинских аспектов и социальных аспектов защиты пожилых.   | 6         |  |
|  | <b>Самостоятельная работа.</b><br><i>Подготовка реферативных сообщений: «Особенности удовлетворения потребностей пожилых и старых людей.</i><br><i>Социальное обслуживание граждан.</i>  | 4         |  |
| <b>Тема 4.9.</b><br><b>Медико-социальные и психологические аспекты смерти.</b>                 | <b>Содержание учебного материала.</b><br>Понятие «смерть». Этапы умирания и смерти.<br>Психологическая поддержка умирающего человека и его близких.<br>Эвтаназия.<br>Похороны у славянских народов России. Стадии траура.  | 2         |  |
|  | <b>Практическое занятие.</b><br>Определение стадий умирания.<br>Определение признаков клинической и биологической смерти.<br>Определение роли медицинского работника в психологической поддержке умирающего человека и его близких.  | 4         |  |
|  | <b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>   | <b>78</b> |  |



|  |   |           |  |
|--|---|-----------|--|
|  | <b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b> | <b>52</b> |  |
|--|---|-----------|--|

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

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

Реализация рабочей 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
- презентации
- медицинская документация
- методические пособия, рекомендации для обучающихся
- холодильник для хранения препаратов для иммунопрофилактики
- муляжи, фантомы

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

- компьютер
- мультимедийный проектор (интерактивная доска)
- интерактивная или классная доска (меловая или маркерная), мел или маркеры
- экран (при отсутствии интерактивной доски)

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

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

##### **Основные источники:**

1. Крюкова Д.А. Здоровый человек и его окружение (Текст), учебное пособие Крюкова Д.А., Лысак Л.А., Фурса О.В. под ред. Б.В. Кабарухина. – Изд.9-е. Ростов-на-Дону: Феникс, 2012. – 446с.

##### **Дополнительные источники:**

1. Бодяжина В.И. Акушерство: учебное пособие (Текст), учебник В.И. Бодяжина, К.Н. Жмакин. Ростов-на-Дону: Феникс, 2006. – 218с.
2. Кучма В.Р., Этапы жизнедеятельности человека и медицинские услуги в разные возрастные периоды. М. «Академия», 2002.

3. Зелинская Д.И. Сестринский уход за новорожденным в лабораторно-поликлинических условиях. Учебное пособие для медицинских училищ и колледжей. М. «ГЭОТАР – Медиа», 2010.
4. Соколова Н., Тульчинская В., Сестринское дело в педиатрии. Практикум. Ростов-на-Дону: Феникс, 2002.
5. Соколова Н.Г., Тульчинская В.Д., Педиатрия с детскими инфекциями. Ростов-на-Дону, 2005.

## 6. 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.

| <b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>                                   | <b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>  |
|---|---|
| Знания:   |   |
| содержание понятий «здоровье», «качество жизни», «факторы риска болезни»;                         | Решение заданий в тестовой форме.   |
| основные факторы риска развития болезней в разные возрастные периоды;                             | Анализ выполнения заданий для самостоятельной работы.<br>Решение ситуационных задач.<br>Решение заданий в тестовой форме.   |
| периоды жизнедеятельности человека;   | Решение заданий в тестовой форме.<br>Анализ составления планов патронажа новорожденного и ребенка первого года жизни.<br>Анализ составления плана проведения занятий с беременной.<br>Анализ составления памятки по гигиене для кормящей матери и беременной женщины.<br>Анализ составления отчета о патронаже пожилого человека с выводами и рекомендациями.<br>Анализ составления и оформление памяток для населения. |
| анатомо-физиологические и психологические особенности человека;                                   | Решение ситуационных задач.<br>Решение заданий в тестовой форме.  |
| основные закономерности и правила оценки физического, нервно-психического и социального развития; | Решение ситуационных задач.<br>Решение заданий в тестовой форме.  |
| универсальные потребности человека в разные возрастные периоды;                                   | Анализ выполнения заданий для самостоятельной работы.<br>Решение ситуационных задач.<br>Решение заданий в тестовой форме.   |
| значение семьи в жизни человека   | Анализ выполнения заданий для самостоятельной работы.   |
| Умения:   |   |
| оценивать параметры физиологического развития человека в разные возрастные периоды                | Наблюдение и оценка демонстрации обучающимися практических умений.<br>Решение ситуационных задач.<br>Решение заданий в тестовой форме.  |
| выявлять проблемы человека в разные возрастные периоды, связанные с дефицитом                     | Решение ситуационных задач.<br>Решение заданий в тестовой форме.  |

|  |   |
|--|---|
| <p>знаний, умений и навыков в области укрепления здоровья;</p>   | <p>Анализ составления плана беседы с различными категориями населения.<br/>Анализ составления плана беседы с подростками по формированию приверженности здоровому образу жизни.</p>   |
| <p>обучать население особенностям сохранения и укрепления здоровья в разные возрастные периоды и вопросам планирования семьи</p> | <p>Решение ситуационных задач.<br/>Анализ составления памятки для населения<br/>Анализ составления плана беседы с различными категориями населения.<br/>Анализ составления плана беседы с подростками по формированию приверженности здоровому образу жизни</p> |

### 3.2. Информационное обеспечение обучения:

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

##### Основные источники:

1. В.Р. Кучма, О.В. Сивочалова «Здоровый человек и его окружение» -М.: Издательский центр «Академия», 2013
2. Д.И. Зелинская «сестринский уход за новорождённым в амбулаторно-поликлинических условиях» - М.: «ГЭОТАР – Медиа», 2010.
3. Д.А. Крюкова, Л.А. Лысак, О.В. Фурса «Здоровый человек и его окружение» - Ростов-на Дону «Феникс», 2007
4. О.И. Линёва и другие. Акушерство. М: «Академия», 2006.

##### Дополнительные источники:

1. Кучма В.Р., Серова В.Н. Этапы жизнедеятельности человека и медицинские услуги в разные возрастные периоды. М.: ИЦ «Академия», 2002.
2. Дзигуа М.В. Лунякина Е.А. Сестринское дело в акушерстве и гинекологии. Учебное пособие. – М: АНМИ, 2005.
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.
5. Медик В.А., Юрьев В.К. Общественное здоровье и здравоохранение. – М.: ИКЦ «Академкнига», «Медицина», 2008.
6. Руководство по первичной медико-санитарной помощи/Под ред. И.Н. Денисова, А.А. Баранова – М. ГЭОТАР-Медиа, 2007.
7. Руководство по медицинской профилактике / Под ред. Р.Г. Оганова – М. ГЭОТАР-Медиа, 2007.
8. Основы законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан от 22 июля 1993 г. N 5487-1 (с изменениями и дополнениями).
9. Организация профилактической деятельности амбулаторно-поликлинических учреждений на современном этапе / Под ред. А.И. Вялкова. М.: ГЭОТАР-Медиа, 2009.
- 10.Руководство по амбулаторно-поликлинической педиатрии / Под ред. А.А. Баранова – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2007.
- 11.Охрана здоровья детей и подростков / Под ред. Сопиной З.Е.: Уч. пособ. – М. ГЭОТАР-Медиа, 2009.
12. Руководство для средних медицинских работников / Под ред.Ю.П. Никитина, В.М. Чернышева. – М. ГЭОТАР-Медиа, 2007.
13. Гурвич М.М. Диетология для медсестры: полное руководство. – М.: Эксмо, 2009.
14. О.В. Сивочалова и другие. Гинекология. М: «Академия», 2007.