Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

«Хакасский государственный университет им. Н.Ф.Катанова»

медико -психолого -социальный институт

(МПСИ)

медицинский колледж

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.01. ЗДОРОВЫЙ ЧЕЛОВЕК И ЕГО ОКРУЖЕНИЕ

подготовила

преподаватель

Душинина Алла Константиновна

Абакан 2021

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего специального образования по специальности 31.02.01 Лечебное дело от 12.05.2014 г. № 514.

Организация-разработчик: ФГБОУ ВО «Хакасский государственный университет им. Н.Ф.Катанова», медико -психолого -социальный институт, медицинский колледж г.Абакан

Разработчик: Душинина А.К. преподаватель высшей категории медицинского колледжа ФГБОУ ВО «Хакасский государственный университет им. Н.Ф.Катанова», медико -психолого -социальный институт (МПСИ)

Рекомендована предметно цикловой комиссией № 3.

Протокол от 25.08. 2021 года № 1.

Председатель ПЦК \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ М.У. Хайдарова

Утверждена директором МПСИ

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_О.Ю. Килина

# СОДЕРЖАНИЕ

|  |  |
| --- | --- |
|  | стр. |
| ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 4 |
| СТРУКТУРА и содержание УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 6 |
| условия реализации программы учебной дисциплины | 28 |
| Контроль и оценка результатов Освоения учебной дисциплины  1. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ | 20  31 |

**1. паспорт ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**Здоровый человек и его окружение**

**1.1. Область применения программы**

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 31.02.01 Лечебное дело.

Программа учебной дисциплины может быть использованав дополнительном профессиональном образовании (в программах повышения квалификации и переподготовки медицинских работников).

**1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:**

Дисциплина «Здоровый человек и его окружение» относится к блоку общепрофессиональных дисциплин учебного плана по специальности 31.02.01 Лечебное дело.

Дисциплина взаимосвязана с такими дисциплинами, как «Анатомия и физиология человека», «Гигиена и экология человека», «Основы микробиологии и иммунологии» «Генетика человека с основами медицинской генетики».

Дисциплина «Здоровый человек и его окружение» предшествует изучению таких междисциплинарных курсов, как МДК.01.01 Пропедевтика клинических дисциплин, МДК.02.01 Лечение пациентов терапевтического профиля, МДК.02.02 Лечение пациентов хирургического профиля, МДК.02.03 Оказание акушеро–гинекологической помощи, МДК.02.04 Лечение пациентов детского возраста, МДК.03.01 Дифференцированная диагностика и оказание неотложной помощи на догоспитальном этапе, МДК.04.01 Профилактика заболеваний и санитарно – гигиеническое образование населения. Дисциплина «Здоровый человек и его окружение» предшествует производственным практикам ПП.01.01. Производственная практика (по профилю специальности):

«Пропедевтика клинических дисциплин», ПП.02.01 Производственная практика (по профилю специальности) Лечение пациентов терапевтического профиля, лечение пациентов педиатрического профиля, лечение пациентов хирургического профиля, оказание акушерско-гинекологической помощи, ПП.04.01. Производственная практика (по профилю специальности) Профилактика заболеваний и санитарно-гигиеническое образование населения.

Необходимость введения дисциплины «Здоровый человек и его окружение» обусловлена потребностью формирования у студентов знаний и умений, необходимых для консультирования пациента и его семьи по вопросам сохранения и укрепления здоровья в разные возрастные периоды. Дисциплина «Здоровый человек и его окружение» является базовой дисциплиной ФГОС СПО специальности 31.02.01 Лечебное дело.

Дисциплина «Здоровый человек и его окружение» общим объемом 206 часов. Изучается в течение второго семестра, на 1 курсе. Учебный материал дисциплины отобран таким образом, чтобы он отражал основные анатомо-физиологические особенности человека в разные возрастные периоды, факторы риска развития болезней, особенности питания, режима, гигиенического ухода, двигательной активности.

Дисциплина включает следующие разделы: «Здоровье. Потребности человека. Рост и развитие», «Здоровье детей», «Здоровье лиц зрелого возраста», «Здоровье лиц пожилого и старческого возраста».

В структуре изучаемой дисциплины выделяются следующие основные темы: «Период новорожденности и грудного возраста», так как эти периоды имеют особое значение в сохранении и поддержании здоровья на протяжении всей жизни. Роль семьи в укреплении и сохранении здоровья человека, планированию семьи. Вопросы обеспечения безопасности пожилого человека и консультативной помощи при возникающих проблемах у стареющих пациентов и их родственников по вопросам укрепления здоровья, психологической поддержки.

Программой дисциплины предусмотрено чтение лекций, проведение семинарских и практических занятий.

Особое место в овладении данным учебным материалом отводится самостоятельной работе студента. Определенные темы студент изучает самостоятельно, например «Закаливание детей» «Физическое воспитание детей».

Изучение дисциплины завершается во втором семестре дифференцированным зачетом.

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

Цель дисциплины ОП.01 «Здоровый человек и его окружение» формирование готовности решать задачи профессиональной деятельности фельдшера. Результат освоения дисциплины определяется способностью применять знания, умения, личные качества в соответствии с задачами профессиональной деятельности. При изучении дисциплины «Здоровый человек и его окружение» у студента формируется система базовых знаний для успешного осуществления таких видов деятельности как, диагностическая, лечебная, профилактическая. Студенты учатся планировать обследование пациентов различных возрастных групп, осуществлять медицинскую, психосоциальную реабилитацию пациентов с различной патологией, при необходимости осуществлять паллиативную помощь.

В соответствии с требованиями ФГОС СПО к уровню подготовки выпускников по специальности 31.02.01Лечебное дело выпускник должен в области в области дисциплины Здоровый человек и его окружение:

**знать:**

* содержание понятий «здоровье», «качество жизни», «факторы риска болезни»;
* основные факторы 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.

**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.

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

максимальной учебной нагрузки обучающегося 206 часа, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 138 часов;

самостоятельной работы обучающегося 68 часа.

**2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

|  |  |
| --- | --- |
| Вид  учебной работы | Количество  часов |
|
| **I. Аудиторная:** |  |
| *лекции* | 36 |
| *семинары* | 34 |
| *практические занятия* | 68 |
| ***ИТОГО:*** | 138 |
| **II. Внеаудиторная:** |  |
| *самоподготовка:* |  |
| *самостоятельное изучение разделов* | 10 |
| *проработка и повторение лекционного материала и материала учебника и учебных пособий* | 10 |
| *подготовка к семинарам и практическим занятиям и др.* | 38 |
| *подготовка к зачету* | 10 |
| ***ИТОГО:*** | 68 |
| **III. Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет в 2 семестре)** |  |
| Общая трудоемкость дисциплины: | 206 |

# 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

**«Здоровый человек и его окружение»**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование разделов и тем курса** | **Количество часов** | | | | |
| **Всего** | **Аудиторные занятия** | | | **Самостоятельная работа** |
| **лекции** | **семинары** | **практические** |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| **Раздел 1. Здоровье. Потребности человека. Рост и развитие** | **13** | **4** | **3** | **2** | **4** |
| Тема 1.1.Общественное здоровье и здравоохранение | 3 | 1 | 1 |  | 1 |
| Тема 1.2. Концепции здоровья | 3 | 1 | 1 |  | 1 |
| Тема 1.3. Потребности человека в разные возрастные периоды | 3 | 1 |  | 1 | 1 |
| Тема 1.4. Рост и развитие | 4 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| **Раздел 2. Здоровье детей** | **103** | **14** | **17** | **38** | **34** |
| Тема 2.1. Антенатальный и неонатальный период | 28 | 4 | 5 | 12 | 7 |
| Тема 2.2. Период грудного возраста | 28 | 4 | 6 | 10 | 8 |
| Тема 2.3. Период преддошкольного и дошкольного возраста | 21 | 4 | 2 | 8 | 7 |
| Тема 2.4. Период младшего школьного возраста | 13 | 1 | 2 | 4 | 6 |
| Тема 2.5. Период старшего школьного возраста | 13 | 1 | 2 | 4 | 6 |
| **Раздел 3. Здоровье лиц зрелого возраста** | **51** | **10** | **10** | **14** | **17** |
| Тема 3.1. Период юношеского возраста | 6 | 2 | 2 |  | 2 |
| Тема 3.2. Репродуктивная система мужчин и женщин в зрелом возрасте | 12 | 2 | 2 | 4 | 4 |
| Тема 3.3. Здоровье семьи | 9 | 2 | 2 | 2 | 3 |
| Тема 3.4. Период беременности и родов | 12 | 2 | 2 | 4 | 4 |
| Тема 3.5. Климактерический период | 12 | 2 | 2 | 4 | 4 |
| **Раздел 4. Здоровье лиц пожилого и старческого возраста** | **39** | **8** | **4** | **14** | **13** |
| Тема 4.1. Старение и старость | 14 | 4 | 2 | 4 | 4 |
| Тема 4.2.Психология старения | 12 | 2 | 2 | 4 | 4 |
| Тема 4.3. Медико-психологическая защита лиц пожилого и старческого возраста. | 13 | 2 |  | 6 | 5 |
| **Итого:** | **206** | **36** | **34** | **68** | **68** |

**Содержание теоретических разделов дисциплины (лекции)**

**«ЗДОРОВЫЙ ЧЕЛОВЕК И ЕГО ОКРУЖЕНИЕ»**

**РАЗДЕЛ I. ЗДОРОВЬЕ. ПОТРЕБНОСТИ ЧЕЛОВЕКА. РОСТ И РАЗВИТИЕ**

***Тема 1.*Общественное здоровье и здравоохранение (1 ч.)**

Основные понятия, факторы риска, показатели оценки. Демографическая ситуация в России, Хакасии. Основные демографические показатели: рождаемость, смертность, естественный прирост, плодовитость, воспроизводство, миграция. Роль сестринского персонала в сохранении и укрепления здоровья, в организации медицинской профилактики.

***Тема 2.*Концепции здоровья(1 ч.)**

Понятия «здоровье, образ жизни, качество жизни». Факторы, влияющие на здоровье. Факторы риска болезни. Центр здоровья. Школа здоровья.

**Тема 3. Потребности человека в разные возрастные периоды(1 ч.)**

Понятия: «потребности человека, возраст, возрастные периоды, хронологический возраст, биологический возраст, юридический возраст. Основные потребности человека в разные возрастные периоды.

***Тема 4.* Рост и развитие(1 ч.)**

Основные закономерности роста и развития человека. Характеристика роста и развития в разные возрастные периоды. Физическое развитие человека. Соматометрические, соматоскопические, функциональные показатели.

**РАЗДЕЛ 2. «ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ»**

***Тема 2.1.* Периоды детского возраста. Антенатальный и неонатальный период (4 ч.)**

Периоды детского возраста. Особенности каждого из периодов детского возраста. Понятие о группах здоровья детей. Основные универсальные потребности ребенка и способы их удовлетворения. Характеристика антенатального периода. Факторы, влияющие на развитие плода. Понятие о дородовых патронажах. Цели и сроки патронажей.

Характеристика периода новорожденного (неонатального). Анатомо-физиологические особенности ребенка данного периода. Признаки доношенного новорожденного. Понятие о первом туалете новорожденного. Адаптация детей к условиям внеутробной жизни. Пограничные состояния новорожденного ребенка. Основные принципы оценки общего состояния. Недоношенный новорожденный.

***Тема 2.2.* Период грудного возраста (4ч.)**

Анатомо-физиологические особенности. Закономерности физического, нервно-психического развития и его оценка. Основные потребности ребенка, способы их удовлетворения. Значение физического воспитания, закаливания, массажа для здоровья и развития ребенка первого года жизни. Профилактика инфекционных заболеваний у детей в период грудного возраста.

Вскармливание детей. Особенности процесса пищеварения у новорожденных и детей периода младенчества. Виды вскармливания. Преимущества грудного вскармливание. Гипогалактия, ее причины и профилактика. Режимы кормления новорожденных детей периода младенчества. Сроки и правила введения новых продуктов, прикормов. Формулы для расчета разового и суточного количества пищи для детей 1 года жизни.

***Тема 2.3.*Период преддошкольного и дошкольного возраста (4 ч.)**

Анатомо-физиологические особенности, рост и развитие детей. Физическое, нервно-психическое и социальное развитие ребенка преддошкольного и дошкольного возраста. Питание ребенка старше 1 года. Подготовка к поступлению в детское дошкольное учреждение и школу. Универсальные потребности детей, способы их удовлетворения. Возможные проблемы.

***Тема 2.4.*Период младшего школьного возраста (1 ч.)**

Анатомо-физиологические особенности, рост и развитие ребенка младшего школьного возраста. Универсальные потребности, способы их удовлетворения. Возможные проблемы. Принципы создания безопасной окружающей среды.

***Тема 2.5.* Период старшего школьного возраста (подростковый, пубертатный)(1 ч.)**

Анатомо-физиологические особенности, рост и развитие ребенка старшего школьного возраста. Физическое, половое, нервно-психическое и социальное развитие. Универсальные потребности, способы их удовлетворения. Возможные проблемы.

**РАЗДЕЛ 3. «ЗДОРОВЬЕ ЛИЦ ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА»**

**Тема 1. Период юношеского возраста (2 ч.)**

Развитие репродуктивной системы. Этапы полового созревания девочек и мальчиков. Вредные привычки. Половое воспитание детей и подростков. Гигиена половых органов. Гигиена менструального цикла.

**Тема 3.2. Репродуктивные системы мужчины и женщины в зрелом возрасте(2 ч.)**

Репродуктивная система женщины: строение и функции половых органов и женского таза, их роль в репродукции. Женские половые гормоны, их биологическое действие на организм. Регуляция менструального цикла, овогенез. Влияние факторов окружающей среды на овогенез, менструальный цикл, фертильность, гигиена половых органов. Гигиена менструального цикла.

Репродуктивная система мужчины: строение и функции мужских половых органов. Половые и добавочные железы. Мужские половые гормоны, их биологическое действие на организм. Сперматогенез. Влияние факторов окружающей среды на сперматогенз, потенцию, фертильность. Гигиена половых органов.

Процесс воспроизводства. Формирование полового влечения, его формы. Половые рефлексы мужчины и женщины. Гигиена половой жизни. Виды сексуальных нарушений.

Роль медицинского работника в укреплении репродуктивного здоровья мужчины и женщины.

**Тема 3.3. Здоровье семьи (2 ч.)**

Роль семьи в укреплении и охране здоровья человека. Тип семьи, ее функции. Репродуктивное поведение человека, критерии репродуктивного поведения, изменение его в конце ХХ века. Проблема бесплодного брака.

«Планирование семьи» – как государственная программа по охране репродуктивного здоровья населения. Основные направления работы службы «Планирования семьи»: профилактика нежелательной беременности, борьба с абортами, профилактика ИППП и СПИДа, пропаганда методов контрацепции, половое воспитание и просвещение подростков. Создание центров и кабинетов «Планирования семьи». Роль медицинского работника в привитие навыков здорового образа жизни семье и каждому ее члену.

**Тема 3.4.Период беременности и родов (2 ч.)**

Внутриутробное развитие человека. Течение нормальной беременности. Влияние факторов окружающей среды на плод.

Оплодотворение, дробление, имплантация плодного яйца в матке. Развитие плодных оболочек. Зародышевый и плодный периоды внутриутробной жизни. Закладка пола. Критические периоды внутриутробной жизни.

Физиологические изменения в 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.

Вредные факторы среды, и их влияние на плод.

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. Роль мужа в течение и исходе родов.

Послеродовый период: длительность, изменения в органах и системах. Лактация. Изменение ролей в семье. Проблемы родильницы в первые дни послеродового периода. Роль медицинского работника в сохранении физиологического течения послеродового периода: консультирование по вопросам питания, гигиены, контрацепции, сохранение грудного вскармливания.

**Тема 3.5. Климактерический период (2 ч.)**

Здоровый образ жизни в профилактике климактерического синдрома.

Переходный период от зрелости к старости. Естественные изменения в органах и системах. Изменение в репродуктивной системе. Климактерический период у женщины: стадии климакса, длительность, проявление климакса. Климактерический синдром, факторы, влияющие на его возникновение. Влияние здорового образа жизни на физиологическое течение климакса.

Отличия в течение переходного периода у мужчин от климакса у женщин.

Изменение фертильности, полового влечения, половых отношений у супругов в переходный период. Изменение жизненно-важных потребностей. Роль медицинского работника по охране репродуктивного и соматического здоровья мужчины и женщины в переходный период.

**РАЗДЕЛ 4. «ЗДРОВЬЕ ЛИЦ ПОЖИЛОГО И СТАРЧЕСКОГО ВОЗРАСТА»**

**Тема 4.1. Старение и старость. Анатомо-физиологические и психологические особенности лиц пожилого и старческого возраста (4 ч.)**

Понятие геронтологии, её разделы и задачи. Старение как закономерный этап развития человека. Классификация возрастных групп. Календарный и биологический возраст. Виды и теории старения. Характеристика процесса старения. Медико-демографические и социально-гигиенические аспекты постарения населения.

Характеристика демографической ситуации в Российской Федерации и Республике Хакасия. Средняя продолжительность жизни. Основные причины смертности в России. Увеличение численности пожилых и старых людей на фоне сверхсмертности мужчин и феминизации общества. Анатомо-физиологические изменения в пожилом и старческом возрасте: особенности дыхательной, сердечно-сосудистой, пищеварительной, мочеполовой, нейроэндокринной систем, системы крови, опорно-двигательного аппарата, органов чувств, кожи.

**Тема 4.2. Психология старения, уход за пожилыми и старыми людьми (2 ч.)**

Возрастные изменения личности пожилого человека и его эмоциональной жизни. Стадии и признаки естественного старения.

Здоровый образ жизни как залог активного долголетия. Факторы риска для человека пожилого и старческого возраста. Пути увеличения продолжительности жизни и замедления темпов старения. Позитивная личностная концепция. Способы сохранения интеллекта. Понимание возрастных изменений. Особенности геродиететики. Контроль массы тела. Режим рациональной физической активности и распорядок дня пожилого человека. Регуляция ночного сна. Личная гигиена и герокосметология. Сохранение социальных контактов. Предупреждение психотравмирующих ситуаций в межличностном общении. Интимная жизнь в пожилом возрасте. Приспособление к ограничениям и создание безопасной среды обитания для пожилого человека. Требования к жилищу и его оборудованию. Здоровый досуг. Ограничение курения, приёма алкоголя. Условия окружающей среды, препятствующие сохранению здоровья.

**Тема 4.3. Медико- социальная защита лиц пожилого возраста(2 ч.)**

Потребности пожилых людей в различных видах медико-социальной и бытовой поддержки. Комплексный медико-социальный характер помощи пожилым как необходимое условие её эффективности. Законодательные аспекты социальной защиты престарелых граждан. История и современная структура гериатрической службы РФ. Опыт других стран.

Проблема адаптации лиц старших возрастных групп к старению и микросоциальной среде. Социопсихосоматические связи. 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 и просмотр телепередач, различные увлечения. Пожилой человек в семье. Взаимопомощь поколений. Рост числа одиноких пожилых людей, экономические и социальные аспекты одиночества в старости. Создание безопасной среды для пожилого человека в общественных местах, в транспорте, на улицах.

Медицинские аспекты защиты пожилых людей. Различные организационные формы гериатрической помощи, например, гериатрические кабинеты (отделения) в лечебно-профилактических учреждениях, дневные стационары для пенсионеров, дома-интернаты, дома сестринского ухода, пансионаты и санатории для пожилых людей, геронтологические территориальные центры. Организация гериатрической помощи на дому. Патронажные группы социальной помощи одиноким при районных отделах социального обеспечения и их функции.

Сестринский процесс при оказании консультативной помощи по вопросам укрепления здоровья пожилых людей. Сестринское обследование удовлетворения универсальных потребностей стареющего человека с точки зрения влияния на здоровье. Оценка факторов индивидуального риска.

Отношение пациента и его семьи к проблеме укрепления здоровья. Оценка потенциальных возможностей (ресурсов) пациента и его семьи для обеспечения позитивных перемен в образе жизни. Выявление препятствий для правильного удовлетворения потребностей. Проблемы пациента, связанные с дефицитом знаний, умений и навыков в области укрепления здоровья. Мотивация пациента на оздоровление образа жизни. Планирование мероприятий по укреплению здоровья совместно с пациентом и его семьёй.

Реализация сестринских вмешательств: консультации по вопросам рационального образа жизни, обеспечение печатной информацией, помощь в формировании здоровых привычек. Оценка эффективности сестринских вмешательств. Поощрение успехов пациента в оздоровлении образа жизни. Коррекция сестринских действий на основании обратной связи.

Представление о гериатрической фармакотерапии, правила безопасного лечения пожилого человека фармакологическими препаратами.

Медико-социальные и психологические аспекты смерти.

Танатология как наука. Понятие «смерть». Классификации смерти. Медико-биологические, философские, религиозные, социально-психологические аспекты смерти. Законодательство 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.

Стадии траура. Общение с людьми, пережившими утрату.

**Содержание практических разделов**

Семинарско- практическое занятие № 1.

Тема: **Общественное здоровье и здравоохранение. Рост и развитие. Внутриутробный период и период новорожденности** (5 час.).

Вопросы для рассмотрения:

1. Определение понятия «здоровье». Уровни здоровья. Виды здоровья
2. Образ жизни, уровни. Основные элементы образа жизни
3. Здоровый образ жизни
4. Признаки здоровья пациента
5. Этиология. Классификация причин болезней
6. Факторы риска болезней. Факторы, обусловливающие индивидуальное здоровье
7. Медико- статистические показатели общественного здоровья
8. Механическое и естественное движение населения
9. Статистические показатели естественного движения населения
10. Как определить коэффициент рождаемости, смертности, естественного прироста?
11. Причины низкой рождаемости
12. Причины смертности взрослого населения в РФ
13. Какова средняя продолжительность жизни в РФ?
14. Среднегодовая численность населения
15. Младенческая смертность
16. Классификации потребностей по А.Маслоу
17. Физическое развитие детей, соматометрические, соматоскопические, функциональ­ные, показатели.
18. Хронологический возраст
19. Биологический возраст
20. Критерии биологического возраста.
21. Периоды детского возраста, перечислить.

План занятия

1. Опрос
2. Решение задач по расчету демографических показателей, определению хронологического возраста, составлению генеалогического древа, определению факторов пренатального риска
3. Тестирование
4. Просмотр видеофильма
5. Выполнение манипуляций:

- пеленание, в том числе широкое;

- подмывание новорожденных.

Семинарско-практическое занятие № 2

Тема: **Внутриутробный период и период новорожденности. Доношенный новорожденный ребенок и уход за ним** (6 час.).

Вопросы для рассмотрения:

1. Перечислите периоды детства и длительность каждого из них.   
   Расскажите об эмбриональной фазе развития.
2. Плацентарная фаза.
3. Как влияют тератогенные факторы на развитие плода?
4. Сроки, цели, задачи, содержание дородовых патронажей.
5. Дать характеристику периода новорожденности.
6. Сроки отпадения пуповины и эпителизации пупочной ранки.
7. Какой новорожденный ребенок считается доношенным, зрелым?
8. Перечислите клинические признаки зрелости новорожденного.
9. Какие антропометрические показатели характерны для новорожденного ребенка?
10. Рассказать об АФО мышечной системы у детей.
11. АФО костной системы у детей, состав костной ткани.
12. Особенности черепа, грудной клетки.
13. Особенности позвоночника, таза.
14. Какие факторы могут привести к искривлению костей?
15. АФО подкожно-жирового слоя у детей.
16. АФО кожи у детей, особенности строения кожи.
17. Особенности желез кожи.
18. Особенности функции кожи у детей.
19. Подмывание детей (см. пособие, «Уход за ребенком первого года жизни»).
20. При какой температуре воздуха и воды проводится гигиеническая ванна?
21. Утренний туалет новорожденного в домашних условиях (см. пособие, «Уход за ребенком первого года жизни»).

План занятия

1. Опрос
2. Решение задач
3. Просмотр видеофильма
4. Тестирование
5. Отработка манипуляций:

- утренний туалет новорожденного в домашних условиях;

- обработка пуповинного остатка;

Семинарско-практическое занятие № 3

Тема: **Период новорожденности. Базовый уход за новорожденным ребенком**(5 час.).

Вопросы для рассмотрения:

1. Основные принципы базового ухода за новорожденным в родзале.
2. Основные принципы оценки общего состояния
3. Первичная и вторичная обработка пуповинного остатка
4. Профилактика заболеваний глаз новорожденного
5. Адаптация детей к условиям внеутробной жизни.
6. Пограничные состояния новорожденного ребенка.
7. Обследование на врожденные и наследственные заболевания
8. Иммунизация новорожденных в роддоме
9. Преимущества совместного пребывания новорожденных и матерей в роддоме
10. Обязанности медицинской сестры палат новорожденных
11. Выписка новорожденных из роддома
12. Патронажи к новорожденным

План занятия

1. Опрос
2. Решение задач
3. Просмотр видеофильма
4. Тестирование
5. Отработка манипуляций:

- закладывание глазной мази в глаза

- одевание памперса новорожденному

- гигиеническая ванна

Семинарско-практическое занятие № 4

Тема: **Период новорожденности. Недоношенный новорожденный ребенок и уход за ним** (6 час.).

Вопросы для рассмотрения:

1. Какого новорожденного считают недоношенным?
2. Частота рождения недоношенных?
3. Место расположения лануго у недоношенных?
4. Особенности черепа недоношенных?
5. Особенности пропорций тела недоношенных?
6. Особенности ЦНС недоношенных?
7. Какие потребности нарушены у недоношенных?
8. Как согревают недоношенных?
9. Особенности кормления недоношенных.
10. Перечислить критерии выписки недоношенного новорожденного из стационара.
11. Профилактику каких фоновых заболеваний надо проводить недоношенным детям с 3-4 недели жизни?
12. В каком возрасте недоношенные дети догоняют своих ровесников по физическому и нервно-психическому развитию?
13. Какие специалисты должны консультировать недоношенных детей на первом году жизни?

План занятия

1. Собеседование
2. Решение задач
3. Просмотр видеофильма
4. Тестирование
5. Отработка манипуляций:
6. Кормление недоношенного новорожденного ребенка через зонд.
7. Согревание недоношенного новорожденного с помощью грелок.
8. Проведение оксигенотерапии.
9. Туалет пуповинного остатка в родовспомогательном учреждении.

Семинарско-практическое занятие № 5

Тема: **Период грудного возраста. Физическое развитие детей** (6 час.)

Вопросы для рассмотрения:

1. Период грудного возраста
2. Характеристика понятия «физическое развитие детей»
3. Изменения массы тела детей на первом году жизни.
4. Формулы для подсчета массы тела детей старше года.
5. Изменения длины тела детей на первом году жизни.
6. Формулы для подсчета роста детей старше года.
7. Изменения окружности головы и груди у детей на первом году жизни.
8. Формулы для подсчета окружности головы и груди у детей старше года.
9. Частота оценки физического и нервно-психического развития в разные возрастные периоды детства.
10. Массаж и гимнастика в грудном возрасте
11. Закаливание детей грудного возраста

План занятия

1. собеседование
2. защита проектов по физическому воспитанию детей
3. Решение задач
4. Тест- контроль
5. Выполнение манипуляций:
6. антропометрия: измерение роста, массы, окружности груди и головы;
7. осмотр, обследование кожи, гиподермы, мышечной, костной системы;
8. определение дополнительных показателей физического развития детей: толщины жировой складки в четырех точках, осмотр живота, определение его формы;
9. подсчет ЧДД, ЧСС, определение АД;
10. оценка физического развития детей и его гармоничности.

Семинарско-практическое занятие № 6

Тема: **Период грудного возраста. Нервно-психическое развитие детей** (6час.)

Вопросы для рассмотрения:

1. Частота оценки нервно-психического развития в разные возрастные периоды детства.
2. Анатомо-физиологические особенности нервной системы у детей.
3. Врожденные рефлексы.
4. Приобретенные рефлексы.
5. Развитие органов чувств.
6. Развитие речи.
7. Основные линии нервно-психического развития детей на первом году жизни.

План занятия

1. собеседование
2. защита проектов по нервно-психическому развитию детей
3. Решение задач
4. Тест- контроль
5. Выполнение манипуляций:
6. оценка нервно-психического развития детей;

Семинарско-практическое занятие № 7

Тема: **Период грудного возраста. Вскармливание. Преддошкольный период** (6 час.).

Вопросы для рассмотрения:

1. Что понимают под естественным вскармливанием?
2. Дайте характеристику смешанному и искусственному вскармливанию.
3. Преимущества естественного вскармливания.
4. Что такое гипогалактия? Ее причины.
5. Лечение гипогалактии.
6. Как определить суточный объем пищи ребенку на первом году жизни?
7. Как определить разовый объем пищи?
8. Каков режим кормления детей на первом году жизни?
9. Какие блюда вводят ребенку на первом году жизни для пополнения рациона белками, пищевой клетчаткой, жирами (прикормы)?
10. Перечислите виды круп, овощей, фруктов, используемых для питания ребенка первого года жизни?
11. Правила введения прикормов.
12. Виды смесей.
13. Правила введения докорма (смесей)
14. Как ребенка отнимают от груди?
15. Проблемы, возникающие у родителей по вопросам вскармливания.
16. Дайте характеристику преддошкольного периода. АФО, развитие детей.
17. Особенности питания детей в возрасте от 1 до 3 лет.

План занятия

1. собеседование
2. Просмотр видеофильмов
3. Решение задач
4. Тест- контроль
5. Выполнение манипуляций:

- обучение матери кормлению ребенка грудью;

- укладывание ребенка в кроватку после кормления

- кормление ребенка с ложки;

- приготовление блюд для младенцев;

- кормление ребенка из бутылочки;

Семинарско-практическое занятие № 8

Тема: **Период предошкольного и дошкольного возраста (6 час.).**

Вопросы для рассмотрения:

1. В чем заключается медицинская подготовка к посещению дошкольного образовательного учреждения?
2. Дошкольный период. Особенности физического и нервно-психического развития детей.
3. Расскажите об анатомо-физиологических особенностях детей дошкольного периода.
4. Какие блюда рекомендуется включать в суточный рацион ребенка, воспитанника дошкольного учреждения, ежедневно?
5. Какие закаливающие процедуры можно провести в детском дошкольном образовательном учреждении?
6. Каковы требования к организации занятий физкультурой в детском саду?
7. Диспансеризация детей предошкольного и школьного возраста.
8. Основные разделы работы фельдшера дошкольного образовательного учреждения.
9. АФО мочевой системы у детей.

Самостоятельная работа – изучение разделов:

«Подготовка детей к поступлению в дошкольное образовательное учреждение »

1. Курация детей дошкольного возраста;
2. Проведение антропометрии;
3. Оценка физического развития детей;
4. Оценка нервно-психического развития детей;
5. Составление примерного меню для детей ясельного, дошкольного, школьного возраста
6. Оценка клинических анализов крови, мочи
7. Решение задач

Семинарско-практическое занятие № 9

Тема: **Период младшего школьного возраста (**6 час.).

Вопросы для рассмотрения:

1. Младший школьный период.
2. Особенности костно-мышечной системы, оптимальные физические нагрузки.
3. Профилактика респираторных заболеваний.
4. Профилактика деформаций скелета у школьников.
5. Закаливание детей школьного возраста.

План занятия

1. Собеседование
2. Решение задач
3. Составление примерного меню для детей младшего школьного возраста.
4. Тестирование
5. Отработка практических навыков и умений:
6. Курация детей младшего, старшего школьного возраста;
7. Проведение антропометрии;
8. Оценка физического развития детей;
9. Составление примерного меню для детей школьного возраста
10. Тест - контроль

Семинарско-практическое занятие № 10

Тема: **Период старшего школьного возраста (**6 час.).

Вопросы для рассмотрения:

1. Старший школьный период.
2. Особенности костно-мышечной системы, оптимальные физические нагрузки.
3. Профилактика респираторных заболеваний и др. патологии
4. Профилактика деформаций скелета у подростков.
5. Закаливание в старшем школьном возрасте.
6. Рациональное питание подростков
7. Половое развитие детей и подростков.

Самостоятельная работа – изучение разделов:

«Половое развитие детей и подростков»

План занятия

1. Собеседование
2. Решение задач
3. Составление примерного меню для подростков.
4. Тестирование
5. Отработка практических навыков и умений:
6. Курацияподростков
7. Проведение антропометрии;
8. Оценка физического развития подростков;
9. Составление примерного меню для подростков
10. Оценка клинических анализов крови, мочи

**Семинарское занятие № 11**

**Тема: Период юношеского возраста** (2 час.)

Вопросы для рассмотрения:

1. Развитие репродуктивной системы.
2. Этапы полового созревания девочек и мальчиков.
3. Вредные привычки.
4. Половое воспитание детей и подростков.
5. Гигиена половых органов.
6. Гигиена менструального цикла.
7. Составлять текст и проводить беседы по темам:

- гигиена половых органов женщины;

- гигиена половых органов мужчины;

- гигиена менструального цикла;

План занятия

1. устный опрос
2. Решение задач
3. тест- контроль

**Семинарско- практическое занятие № 12**

**Тема: Особенности мужского и женского организмов в зрелом возрасте** (6 часов)

Вопросы для рассмотрения:

1. Строение половых органов, строение, созревание половых клеток;
2. Половые гормоны и их влияние на организм мужчины и женщины;
3. Регуляция сперматогенеза, менструального цикла;
4. Половые рефлексы,
5. Формы полового влечения.
6. Ведение менструального календаря, определение плодных дней.
7. Методы и средства контрацепции.
8. Демонстрация учебных фильмы по вопросам планирования семьи.
9. Влияние здорового образа жизни семьи на благополучие в семейной жизни, а также укрепление и охрану здоровья каждого ее члена.
10. Измерение ректальной (базальной) температуры

План занятия

1. Устный опрос
2. Решение задач
3. Тест- контроль
4. Составление беседы по теме «Гигиена брака».
5. Участие в сестринском уходе за пациентами.

**Семинарско- практическое занятие № 13**

**Тема: Здоровье семьи** (4 час.)

Вопросы для рассмотрения:

1. Роль семьи в укреплении и охране здоровья человека.
2. Тип семьи, ее функции.
3. Репродуктивное поведение человека, критерии репродуктивного поведения, изменение его в конце ХХ века.
4. Проблема бесплодного брака.
5. «Планирование семьи» – как государственная программа по охране репродуктивного здоровья населения. Основные направления работы службы «Планирования семьи»: профилактика нежелательной беременности, борьба с абортами, профилактика ИППП и СПИДа, пропаганда методов контрацепции, половое воспитание и просвещение подростков.
6. Создание центров и кабинетов «Планирования семьи».
7. Роль медицинского работника в привитие навыков здорового образа жизни семье и каждому ее члену.

План занятия

1. Устный опрос
2. Решение задач
3. Тест- контроль
4. Участие в сестринском уходе за пациентами.

**Семинарско- практическое занятие № 14**

**Тема:** Период беременности и родов (6 часов)

Вопросы для рассмотрения:

1. Зародышевый и плодный периоды внутриутробной жизни. Критические периоды во внутриутробной жизни.
2. Признаки беременности. Определение даты предстоящих родов.
3. Проблемы, возникающие у беременной в связи с ее состоянием (психологические, физические, социальные, экономические, сексуальные).
4. Особенности сестринского ухода за беременной.
5. Периоды родов, родовые изгоняющие силы, изменения в организме родильницы.
6. Влияние грудного вскармливания на течение послеродового периода.
7. Отдельные этапы сестринского ухода за роженицей и родильницей.
8. Беседы по гигиене беременной, диете, контрацепции после родов.

План занятия

1. Устный опрос.
2. Тест-контроль.
3. Решение ситуационных задач
4. Составление бесед на тему

- общий режим беременной;

- гигиена труда и отдыха беременной;

- одежда и обувь беременной;

- питание беременной;

- подготовка молочных желез к кормлению;

- питание послеродового периода;

- гигиена послеродового периода;

- контрацепция после родов.

5. Участие в сестринском уходе за пациентами и выполнение манипуляций

1. Взвешивание беременной
2. Измерение роста беременной
3. Измерение АД у беременной
4. Исследование пульса, подсчет частоты дыханий у беременной
5. Обработка наружных половых органов перед влагалищным исследованием
6. Ведение первого периода родов и ухода за роженицей
7. Перевод роженицы в родзал.

**Семинарско- практическое занятие № 15**

**Тема: Климактерический период** (6 часов)

Вопросы для рассмотрения:

1. Климактерический период у женщины: стадии климакса, длительность, проявление климакса.
2. Климактерический синдром, факторы, влияющие на его возникновение. Влияние здорового образа жизни на физиологическое течение климакса.
3. Отличия в течение переходного периода у мужчин от климакса у женщин.
4. Изменение фертильности, полового влечения, половых отношений у супругов в переходный период. Изменение жизненно-важных потребностей.
5. Роль медицинского работника по охране репродуктивного и соматического здоровья мужчины и женщины в переходный период.

План занятия

1. Устный опрос.
2. Тест-контроль.
3. Решение ситуационных задач
4. Составление бесед на тему

- общий режим при климаксе;

- физические нагрузки в период климакса;

- психологические и интеллектуальные нагрузки при климаксе;

- питание при климаксе.

5. Участие в сестринском уходе за пациентами.

**Семинарско- практическое занятие № 16**

**Тема: Старение и старость. Анатомо-физиологические и психологические особенности лиц пожилого и старческого возраста** (6 часов)

Вопросы для рассмотрения:

1. Дискуссионное обсуждение анатомо-физиологических аспектов старения. Выявление возможных проблем в удовлетворении универсальных потребностей стареющего человека.
2. Этические особенности общения с лицами старших возрастных групп. Понимание необходимости внесения изменений в образ жизни пожилых людей. Составляющие рационального образа жизни.
3. Оценка образа жизни пожилого человека на примере разбора конкретных ситуаций. Реферативные сообщения студентов о наиболее важных аспектах сохранения здоровья в пожилом возрасте (например, режим и рацион здорового питания пожилого человека, режим адекватной физической активности лиц старших возрастных групп, симптомы стресса и пути его преодоления, способы регуляции сна).

План занятия

1. Устный опрос.
2. Тест-контроль.
3. Решение ситуационных задач,
4. Выполнение практических манипуляций: кормление гериатрического пациента, обработка пролежней, смена нательного и постельного белья

**Семинарско- практическое занятие № 17**

**Тема:** Психология старения (6 часов)

Вопросы для рассмотрения:

1. Возрастные изменения личности пожилого человека и его эмоциональной жизни. Стадии и признаки естественного старения.
2. Здоровый образ жизни как залог активного долголетия. Факторы риска для человека пожилого и старческого возраста.
3. Пути увеличения продолжительности жизни и замедления темпов старения. Позитивная личностная концепция. Способы сохранения интеллекта. Понимание возрастных изменений.
4. Особенности геродиететики. Контроль массы тела.
5. Режим рациональной физической активности и распорядок дня пожилого человека. Регуляция ночного сна.
6. Личная гигиена и герокосметология.
7. Сохранение социальных контактов. Предупреждение психотравмирующих ситуаций в межличностном общении.
8. Интимная жизнь в пожилом возрасте.
9. Приспособление к ограничениям и создание безопасной среды обитания для пожилого человека.
10. Требования к жилищу и его оборудованию. Здоровый досуг.
11. Ограничение курения, приёма алкоголя. Условия окружающей среды, препятствующие сохранению здоровья.

План занятия

1. Собеседование
2. Решение задач
3. Тестирование
4. Работа в подразделениях пансионата ветеранов: раздача лекарственных средств для перорального приёма гериатрическим пациентам, осуществление инъекций,
5. Организация эффективного общения с лицами пожилого и старческого возраста.

П**рактическое занятие № 18**

**Тема: Медико- социальная защита лиц пожилого возраста** (6 часов)

Вопросы для рассмотрения:

1. Виды медико-социальной и бытовой поддержки пожилых людей. Законодательные аспекты социальной защиты престарелых граждан.
2. Проблема адаптации лиц старших возрастных групп к старению и микросоциальной среде. Социопсихосоматические связи. Синдром ранней смерти после выхода на пенсию («пенсионная болезнь»).
3. Сохранение социальной активности пожилых людей.
4. Экономические и социальные аспекты одиночества в старости. Создание безопасной среды для пожилого человека в общественных местах, в транспорте, на улицах.
5. Медицинские аспекты защиты пожилых людей. Различные организационные формы гериатрической помощи.
6. Организация гериатрической помощи на дому. Патронажные группы социальной помощи одиноким при районных отделах социального обеспечения и их функции.
7. Сестринский процесс при оказании консультативной помощи по вопросам укрепления здоровья пожилых людей.
8. Реализация сестринских вмешательств: консультации по вопросам рационального образа жизни, обеспечение печатной информацией, помощь в формировании здоровых привычек.
9. Правила безопасного лечения пожилого человека фармакологическими препаратами.
10. Медико-социальные и психологические аспекты смерти.
11. Классификации смерти. Медико-биологические, философские, религиозные, социально-психологические аспекты смерти.
12. Естественная смерть. Основные этапы умирания и смерти.
13. Констатация смерти. Уход за телом умершего.

План занятия

1. Устный опрос
2. Решение задач
3. Тестирование
4. Работа в подразделениях пансионата ветеранов: раздача лекарственных средств для перорального приёма гериатрическим пациентам, осуществление инъекций, закапывание капель в глаза и уши, измерение артериального давления гериатрическим пациентам.

**Программа самостоятельной познавательной деятельности обучающегося**

Для успешного усвоения дисциплины необходимо не только посещать аудиторные занятия, но самостоятельно усваивать определенные разделы дисциплины. При самостоятельной проработке дисциплины обучающиеся должны:

* просматривать основные определения и факты;
* повторить законспектированный на лекционном занятии материал и дополнить его с учетом рекомендованной литературы;
* изучить рекомендованную основную и дополнительную литературу, составлять тезисы, аннотации и конспекты наиболее важных моментов;
* самостоятельно выполнять задания, аналогичные предлагаемым на занятиях;
* выполнять задания по указанию преподавателя.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование разделов, тем дисциплины | Кол-во часов | Вопросы и задания для самостоятельного изучения, формы работы | Форма контроля |
| Раздел 1. Здоровье. Потребности человека. Рост и развитие | 4 |  |  |
| Тема 1.1. Общественное здоровье и здравоохранение | 1 | 1.Основные демографические показатели: рождаемость, смертность, естественный прирост, плодовитость, воспроизводство, миграция.  Форма работы: решение задач по расчету демографических показателей. | На семинарских занятиях, решение задач,  зачет |
| Тема 1.2. Концепции здоровья | 1 | 1. Понятия «здоровье, образ жизни, качество жизни». Факторы, влияющие на здоровье. Факторы риска болезни. 2. Центр здоровья. Школа здоровья.   Форма работы: решение задач по расчету суммарной оценки перинатальных факторов риска беременной. | На семинарских занятиях,  зачет |
| Тема 1.3. Потребности человека в разные возрастные периоды  . | 1 | 1.Возрастные периоды, хронологический возраст, биологический возраст, юридический возраст.  2. Основные потребности человека в разные возрастные периоды.  Форма работы: решение задач по определению хронологического возраста. | На семинарских занятиях,  зачет |
| Тема 1.4. Рост и развитие | 1 | 1. Характеристика роста и развития в разные возрастные периоды. 2. Физическое развитие человека. Соматометрические, соматоскопические, функциональные показатели.   Форма работы: определение соматоскопических признаков. | На семинарских занятиях,  зачет |
| Раздел 2. Здоровье детей | 34 |  |  |
| Тема 2.1. Внутриутробный период и период новорожденности | 7 | 1. Группы здоровья детей. 2. Цели и сроки дородовых патронажей. 3. Характеристика неонатального периода. Признаки доношенного новорожденного. 4. Базовый уход за новорожденным в родзале. 5. Пограничные состояния новорожденного ребенка. Основные принципы оценки общего состояния. Недоношенный новорожденный.   Форма работы: Составление дородовых патронажей по условиям задач.  решение задач по определению доношенности.  Составление таблицы «Сравнительная характеристика недоношенного и доношенного новорожденных» | На семинарских занятиях,  зачет |
| Тема 2.2. Период грудного возраста | 8 | 1. Физическое, нервно-психическое развитие детей. 2. Значение физического воспитания, закаливания, массажа для здоровья и развития ребенка первого года жизни. 3. Вскармливание детей. Виды вскармливания. Гипогалактия. Режимы кормления детей. 4. Сроки введения прикормов.   Форма работы:  -решение задач.  - составление плана обучения гимнастики родителей ребенка,  - составление плана закаливающих процедур грудному ребенку. | На семинарских занятиях, решение задач,  зачет |
| Тема 2.3. Период преддошкольного и дошкольного возраста.  . | 7 | 1. Анатомо-физиологические особенности, рост и развитие детей преддошкольного и дошкольного возраста детей. 2. Физическое, нервно-психическое и социальное развитие. 3. Питание ребенка старше 1 года. Подготовка к поступлению в детское дошкольное учреждение и школу.   Форма работы: решение задач.  Составление плана беседы с родителями о подготовке ребенка к посещению ДОУ. | На семинарских занятиях, решение задач,  зачет |
| Тема 2.4. Период младшего школьного возраста | 6 | 1. Анатомо-физиологические особенности, рост и развитие ребенка младшего школьного возраста. 2. Универсальные потребности, способы их удовлетворения. Возможные проблемы. Принципы создания безопасной окружающей среды   Форма работы: решение задач.  Составление планов обучения рациональному и адекватному питанию, адекватной двигательной активности детей младшего школьного возраста  .  Составление плана беседы о режиме дня. | На семинарских занятиях, решение задач,  зачет |
| Тема 2.5. Период старшего школьного возраста (подростковый, пубертатный) | 6 | 1. Анатомо-физиологические особенности, рост и развитие ребенка старшего школьного возраста. Физическое, половое, нервно-психическое и социальное развитие. Возможные проблемы подростков.   Форма работы:  Составление планов обучения рациональному и адекватному питания, адекватной физической активности, поддержанию безопасности, о выборе профессии. | На семинарских занятиях, решение задач,  зачет |
| Раздел 3. Здоровье лиц зрелого возраста | 17 |  |  |
| Тема 3.1. Период юношеского возраста | 2 | 1. Развитие репродуктивной системы. Этапы полового созревания девочек и мальчиков. 2. Вредные привычки. Половое воспитание детей и подростков. 3. Гигиена половых органов. Гигиена менструального цикла.   Форма работы: Составление планов обучению гигиеническому уходу в юношеском возрасте.  Составление планов обучения рациональному и адекватному питанию, адекватной двигательной активности. | На семинарских занятиях,  зачет |
| Тема 3.2. Репродуктивная система мужчин и женщин в зрелом возрасте | 4 | 1. Строение и функции половых органов и женского таза. 2. Женские половые гормоны. 3. Гигиена половых органов. Гигиена менструального цикла. 4. Репродуктивная система мужчины: строение и функции. 5. Мужские половые гормоны. Сперматогенез. Процесс воспроизводства. Формирование полового влечения.   Форма работы:  составление текста бесед «Гигиена половых органов мужчины», «Гигиена менструального цикла». | На семинарских занятиях,  зачет |
| Тема 3.3. Здоровье семьи | 3 | 1. Тип семьи, ее функции. Репродуктивное поведение человека, критерии репродуктивного поведения. 2. Основные направления работы службы «Планирования семьи».   Форма работы: составление плана бесед по контрацепции различных возрастных групп. | На семинарских занятиях,  зачет |
| Тема 3.4. Период беременности и родов | 4 | Вопросы для изучения:   1. Физиологическое течение беременности. 2. Влияние вредных факторов среды на женщину и плод. 3. Диагностика беременности. 4. Особенности сестринского ухода в родах и послеродовом периоде. 5. Периоды родов. Длительность родов. Биомеханизм родов.   Форма работы: составление планов бесед на тему:  Гигиена и диета беременной.  Гигиена послеродового периода.  Питание в послеродовый период. | На семинаре, экзамен |
| Тема 3.5. Климактерический период | 4 | Вопросы для изучения:   1. Климактерический период женщины. Переходный период мужчины. 2. Значение ЗОЖ в профилактике климактерического синдрома.   Форма работы: составление планов бесед на тему:  Гигиена в климактерический период. | На семинаре, экзамен |
| Раздел 4. Здоровье лиц пожилого и старческого возраста | 13 |  |  |
| Тема 4.1. Старение и старость | 4 | 1. Геронтология. . Старение. 2. Анатомо-физиологические изменения в пожилом и старческом возрасте.   Форма работы:  составление плана беседы «Анатомо-физиологические особенности в пожилом и старческом возрасте» | На семинарских занятиях,  зачет |
| Тема 4.2.Психология старения | 4 | 1. Возрастные изменения личности пожилого человека. 2. Здоровый образ жизни как залог активного долголетия. 3. Способы сохранения интеллекта. 4. Особенности геродиететики. 5. Личная гигиена и герокосметология. Создание безопасной среды обитания для пожилого человека.   Форма работы:  составление плана беседы «Особенности питания пожилых людей», «Принципы назначения лекарственных средств пожилым пациентам». | На семинарских занятиях,  зачет |
| Тема 4.3. Медико-психологическая защита лиц пожилого и старческого возраста. | 5 | 1. Законодательные аспекты социальной защиты престарелых граждан. 2. Способы сохранения социальной активности пожилых людей. 3. Медицинские аспекты защиты пожилых людей. Различные организационные формы гериатрической помощи.   Форма работы: составление планов бесед «Создание безопасной среды для пожилого человека в общественных местах, в транспорте, на улицах» | На семинарских занятиях,  зачет |

# 3. условия реализации программы дисциплины

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

Программа дисциплины требует наличия учебного кабинета дисциплины «Здоровый человек и его окружение».

**Наименование специальных помещений и помещений для занятий**

**1.Лекционная аудитория**

**Оснащенность специального помещения:**

* доска для письма мелом,
* рабочие места для обучающихся,
* рабочее место для преподавателя
* мультимедиа проектор,
* мультимедиа экран
* компьютер

**2.Аудитория для проведения семинарско- практических занятий**

* Доска аудиторная для письма мелом,
* рабочие места для обучающихся,
* рабочее место для преподавателя,
* ноутбук
* пеленальный столик,
* электронные весы,
* ростомер,
* детская кроватка,
* кювез,
* видеофильмы,
* таблицы,
* тонометры,
* фонендоскопы,
* термометры,
* электроотсос,
* фантомы: реанимационный,
* фантомы для постановки инъекций,
* клизм;
* набор шприцев,
* катетеров,
* зондов,
* пинцеты,
* ножницы,
* молокоотсос,
* термометры для воды,
* комплекты одежды для новорожденных,
* газоотводные трубки,
* баллоны резиновые,
* кувшин,
* набор детского питания.

**3.2. Информационное обеспечение обучения**

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

**Основная литература**

1. Кучма, В. Р. Здоровый человек и его окружение : учебник / В. Р. Кучма, О. В. Сивочалова. - 5-е изд. , испр. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 560 с.: ил. - DOI: 10. 33029/9704-5217-2-ZDC-2019-1-560. - 560 с. - ISBN 978-5-9704-5684-2. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента": [сайт]. - URL: https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970456842.html (дата обращения: 23.08.2021). -

**Библиотечно-информационные ресурсы**

1. Тематические разделы книг ЭБС "Университетская библиотека онлайн". URL: http://www.biblioclub.ru /

2. Тематические пакеты книг ЭБС издательства «Лань». URL: http://e.lanbook.com/

3. "ЭБС «Консультант Студента»

URL: http://www.studentlibrary.ru/"

4. Научные журналы East View (Ист Вью). URL: http://dlib.eastview.com/

5. Периодические издания НЭБ eLIBRARY.RU. URL: http://elibrary.ru

6. Базы данных и коллекции материалов УИС "РОССИЯ". URL: https://uisrussia.msu.ru/

7. Архивы журнала Science 1880-1996 (AAAS). URL: http://www.sciencemag.org/

8. ЭБС BOOK.ru - коллекция "СПО". URL: https://www.book.ru/cat/576/1

9. Книги ЭБС ЮРАЙТ. URL: http://www.biblio-online.ru/

10. Книги Национальной электронной библиотеки (НЭБ). URL: http://нэб.рф

11. Архивная коллекция журналов JSTOR - Arts&Sciences I. URL: http://www.jstor.org/

**Ресурсы электронно-библиотечных систем**

1. Университетская библиотека онлайн URL: https://www.biblioclub.ru

2. ЭБС издательства "Лань" URL: https://e.lanbook.com/

3. ЭБС "Консультант Студента"URL: http://www.studentlibrary.ru/

4. ЭБС ЮРАЙТ URL: https://www.biblio-online.ru/

5. ЭБС "BOOK.ru" - коллекция "СПО"URL: https://www.book.ru/cat/576/1

# 4. Контроль и оценка результатов освоения Дисциплины

# Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется в процессе проведения семинаров и практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися манипуляций, индивидуальных заданий.

|  |  |
| --- | --- |
| **Результаты обучения**  **(освоенные умения, усвоенные знания)** | **Формы и методы контроля и оценки результатов обучения** |
| **Умения:** |  |
| - 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. | Решение проблемно-ситуационных задач.  Представление и защита презентаций по определенным темам.  Экспертная оценка на практических занятиях |
| **Знания:** |  |
| - содержание понятий «здоровье», «качество жизни», «факторы риска болезни»;  - основные факторы 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. | Собеседование  Решение задач  Тестирование  Контрольные работы  Реферат |

**5. Педагогические технологии**

Учебный процесс при преподавании дисциплины основывается на использовании традиционных, информационных и инновационных образовательных технологий. Традиционные образовательные технологии представлены лекциями, семинарскими и практическими занятиями. Информационные образовательные технологии реализуются путем активизации самостоятельной работы студентов в электронной информационной образовательной среде университета. Инновационные образовательные технологии используются в виде широкого применения активных и интерактивных форм проведения занятий.

Количество часов занятий, проводимых в активной и интерактивной форме по дисциплине, согласно учебному плану **20** часов.

Активные и интерактивные формы проведения занятий

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Тема** | **Виды учебной работы** | **Используемые активные и интерактивные формы проведения занятий и организации самостоятельной работы** | **Количество**  **часов** |
| Тема 2.1. Антенатальный и неонатальный период | Теоретические занятия | Бинарная лекция | 2 |
| Практические занятия | решение проблемно-ситуационных задач | 1 |
| Самостоятельная работа студентов |  |  |
| Тема 2.2. Период грудного возраста | Теоретические занятия | Семинар с элементами метода «Кейс- стади» | 2 |
| Практические занятия |  |  |
| Самостоятельная работа студентов |  |  |
| Тема 2.3. Период преддошкольного и дошкольного возраста | Теоретические занятия | Проблемная лекция | 2 |
| Практические занятия |  |  |
| Самостоятельная работа студентов | Решение ситуационных задач | 1 |
| Тема 2.4. Период младшего школьного возраста | Теоретические занятия | Семинар - конференция | 1 |
| Практические занятия |  |  |
| Самостоятельная работа студентов | Подготовка презентаций | 1 |
| Тема 3.1. Период юношеского возраста | Теоретические занятия | Проблемная лекция | 2 |
| Практические занятия |  |  |
| Самостоятельная работа студентов | Подготовка проекта | 1 |
| Тема 3.2. Репродуктивная система мужчин и женщин в зрелом возрасте | Теоретические занятия | Лекция - визуализация | 2 |
| Практические занятия |  |  |
| Самостоятельная работа студентов | Подготовка сообщения | 1 |
| Тема 3.4. Период беременности и родов | Теоретические занятия | Лекция -беседа | 2 |
| Практические занятия |  |  |
| Самостоятельная работа студентов |  |  |
| Тема 4.1. Старение и старость | Теоретические занятия | Семинар - «мозговой штурм» | 1 |
| Практические занятия |  |  |
| Самостоятельная работа студента |  |  |
| Тема 4.3. Медико-психологическая защита лиц пожилого и старческого возраста. | Теоретические занятия |  |  |
| Практические занятия | Деловая игра | 1 |
| Самостоятельная работа студента |  |  |
| **Итого:** | | | **20** |