

Министерство здравоохранения Иркутской области

Областное государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Тулунский медицинский колледж»

**УТВЕРЖДАЮ:**

И.о. директора

ОГБПОУ «Тулунский медицинский колледж» Для документов

Е.Б. Бордова

«30» июня 2020 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОП. 00 Общепрофессиональные дисциплины**  
**ОП.01 ЗДОРОВЫЙ ЧЕЛОВЕК И ЕГО ОКРУЖЕНИЕ**

Специальность 31.02.01 Лечебное дело

*Очная форма обучения  
по программе углубленной подготовки*

Тулун  
2020 г

**РАССМОТРЕНО И ОДОБРЕНО**

на заседании ЦМК № 2

Протокол № 10

от « 10 » 06 2020г

Заведующий ЦМК

Арифу / Алимова А.А. /

**РАССМОТРЕНО:**

Педагогическим советом

Протокол № 5

от « 30 » 06 2020г.

Рабочая программа профессионального модуля разработана в соответствии с документами:

- Федеральным государственным образовательным стандартом по специальности среднего профессионального образования 2014 года 31.02.01 Лечебное дело, квалификация Фельдшер;
- Общероссийским классификатором специальностей по образованию (дата введения 2017-07-01);
- Локального нормативного акта «Положение по формированию рабочих программ учебных дисциплин, профессиональных модулей» ОГБПОУ ТМК;
- Плана учебного процесса по специальности 31.02.01 Лечебное дело.

**Организация – разработчик рабочей программы:**

Областное государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Тулунский медицинский колледж»

**Разработчик:**

Янченко Н.В., преподаватель ОГБПОУ «Тулунский медицинский колледж», первая кв. категория

**Рецензент:**

Кравченко Е. И., преподаватель ОГБПОУ «Тулунский медицинский колледж», высшая кв. категория

	стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	22
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	23

# 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена, в соответствии с ФГОС по специальности СПО 31.02.01 Лечебное дело, квалификация Фельдшера.

## 1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:

Учебная дисциплина входит в цикл общепрофессиональных дисциплин программы подготовки специалистов среднего звена.

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен обладать следующими умениями и знаниями, которые формируют общие компетенции (ОК) и в дальнейшем профессиональные компетенции (ПК):

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.

### **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.

### **владеть: социо-культурными компетенциями для становления личностных характеристик:**

любящий свой край и свою Родину, уважающий свой народ, его культуру и духовные традиции;

осознающий и принимающий традиционные ценности семьи, российского гражданского общества, многонационального российского народа, человечества, осознающий свою сопричастность судьбе Отечества;

креативный и критически мыслящий, активно и целенаправленно познающий мир, осознающий ценность образования и науки, труда и творчества для человека и общества;

владеющий основами научных методов познания окружающего мира;

мотивированный на творчество и инновационную деятельность;

готовый к сотрудничеству, способный осуществлять учебно-исследовательскую, проектную и информационно-познавательную деятельность;

осознающий себя личностью, социально активный, уважающий закон и правопорядок, осознающий ответственность перед семьей, обществом, государством, человечеством;

уважающий мнение других людей, умеющий вести конструктивный диалог, достигать взаимопонимания и успешно взаимодействовать;

осознанно выполняющий и пропагандирующий правила здорового, безопасного и экологически целесообразного образа жизни;

подготовленный к осознанному выбору профессии, понимающий значение профессиональной деятельности для человека и общества;

мотивированный на образование и самообразование в течение всей своей жизни.

#### **Перечень формируемых компетенций:**

- 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 команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.
- ОК 7. Брать ответственность за работу членов команды (подчиненных), 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.

ПК 1.1. Планировать обследование пациентов различных возрастных групп.

ПК 5.1. Осуществлять медицинскую реабилитацию пациентов с различной патологией.

ПК 5.2. Проводить психосоциальную реабилитацию.

ПК 5.3. Осуществлять паллиативную помощь.

ПК 5.6. Оформлять медицинскую документацию.

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

Всего – **225** часов, в том числе:

максимальной учебной нагрузки обучающегося **225** часов, включая:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося **150** часов;

- самостоятельной работы обучающегося **75** 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>	225
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	150
в том числе:	
теоретические занятия	48
практические занятия	102
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	75
в том числе:	
Реферативные сообщения. Составление памяток, планов и рекомендаций для населения различных возрастных групп	
<b>Итоговая аттестация в форме экзамена</b>	

<b>Тематический план и содержание учебной дисциплины Здоровый человек и его окружение</b>					
<b>Наименование разделов и тем</b>	<b>Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект) (если предусмотрены)</b>	<b>Всего часов</b>	<b>Теория</b>	<b>Практич. занятия</b>	<b>Самостоятельная работа</b>
<b>Раздел 1. Здоровье и качество жизни. Рост и развитие</b>					
<b>Тема 1.1. Здоровье и качество жизни</b>	<b>Содержание учебного материала.</b> 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	12	2	6	4
	<b>Практическое занятие.</b> Проведение оценки демографической ситуации в России, районе профессиональной деятельности. Выявление и оценка факторов, влияющих на здоровье.				
	<b>Самостоятельная работа.</b> Расчет демографических показателей (рождаемость, смертность, естественный прирост), их оценка и анализ. Выявление факторов, влияющих на здоровье человека (на примере конкретных ситуаций).				
<b>Тема 1.2. Потребности человека в разные возрастные периоды. Рост и развитие.</b>	<b>Содержание учебного материала.</b> Понятия: «потребности человека», «возраст», «возрастные периоды», «хронологический возраст», «биологический возраст» и «юридический возраст». Основные потребности человека в разные возрастные периоды. Понятия: «рост» и «развитие». Факторы, оказывающие воздействие на рост и развитие. Основные закономерности роста и развития человека. Характеристика роста и развития в разные возрастные периоды. Особенности сбора информации в разные возрастные периоды человека.	12	2	6	4
	<b>Практическое занятие.</b> Определение возраста человека. Изучение потребностей человека. Изучение основных закономерностей роста и развития человека в разные возрастные периоды.				
	<b>Самостоятельная работа.</b> Определение универсальных потребностей человека. Рефераты на темы, касающиеся теорий развития человека.				
<b>Раздел 2. Здоровье детей</b>					
<b>Тема 2.1. Внутриутробный</b>	<b>Содержание учебного материала.</b> Внутриутробный период и период новорожденности: закономерности роста и	16	6	6	4



<p><b>период и период новорожденности</b></p>	<p>развития человека во внутриутробном периоде. Факторы, влияющие на здоровье плода. Значение дородовых патронажей, их цели и сроки. Основные проблемы периода новорожденности. Период новорожденности (неонатальный), его характеристика. Анатомо-физиологические особенности новорожденного ребенка. Признаки доношенности новорожденного ребенка. Оценка общего состояния по шкале Апгар. Первичный туалет новорожденного. Организация ухода за новорожденным ребенком. Адаптация детей к условиям внеутробной жизни. Пограничные состояния новорожденного ребенка. Основные потребности новорожденного и способы их удовлетворения. Возможные проблемы и пути их решения. Патронаж новорожденного. Сроки и цели</p>				
	<p><b>Практическое занятие.</b> Выявление факторов, влияющих на эмбриональное развитие, здоровье плода. Выявление проблем, связанных с дефицитом знаний, умений и навыков, в области укрепления здоровья. Обучение поддержке грудного вскармливания. Выявление основных проблем периода новорожденности. Обучение правилам кормления грудью, уходу за новорожденным.</p>				
	<p><b>Самостоятельная работа.</b> Составление планов патронажей (дородовых; новорожденных). Составление планов обучения уходу за новорожденным. Составление плана беседы по поддержке грудного вскармливания.</p>				
<p><b>Тема 2.2. Период грудного возраста</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала.</b>  Анатомо-физиологические особенности, рост и развитие ребенка грудного возраста. Оценка нервно-психического развития ребенка грудного возраста. Основные универсальные потребности ребенка периода младенчества и способы их удовлетворения. Возможные проблемы. Факторы, создающие опасную окружающую среду. Виды вскармливания. Гипогалактия, ее причины, профилактика. 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. Значение режима и воспитания для удовлетворения потребностей ребенка. Значение физического воспитания, закаливания, массажа для здоровья и развития ребенка первого года жизни. Профилактика детских инфекционных заболеваний у детей периода младенчества. Понятие о вакцинации ребенка первого года жизни</p>	24	8	12	4
	<p><b>Практическое занятие.</b>  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</p>				

	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				
	<b>Самостоятельная работа.</b> Составление планов обучения организации режима дня и питания. Составление планов обучения поддержанию безопасности ребенка грудного возраста				
<b>Тема 2.3. Период преддошкольного и дошкольного возраста</b>	<b>Содержание учебного материала.</b> Анатомо-физиологические особенности, рост и развитие ребенка преддошкольного и дошкольного возраста. Универсальные потребности ребенка преддошкольного и дошкольного возраста и способы их удовлетворения, возможные проблемы. Физическое, нервно-психическое и социальное развитие ребенка преддошкольного и дошкольного возраста. Питание ребенка старше 1 года. Социальная адаптация ребенка. Подготовка к поступлению в детское дошкольное учреждение и в школу. Факторы риска. Безопасная окружающая среда для детей преддошкольного и дошкольного возраста.	12	2	6	4
	<b>Практическое занятие.</b> 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.				
	<b>Самостоятельная работа.</b> Составление планов обучения организации режима дня и питания. Составление планов обучения поддержанию безопасности ребенка. Составление планов бесед с родителями о подготовке детей к посещению				

	дошкольного учреждения, школы				
<b>Тема 2.4. Период младшего школьного возраста</b>	<b>Содержание учебного материала.</b> 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. Значение физического воспитания для здоровья ребенка. Факторы риска и безопасности	10	2	6	2
	<b>Практическое занятие.</b> 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				
	<b>Самостоятельная работа.</b> Составление планов обучения рациональному и адекватному питанию. Составление планов обучения поддержанию адекватной двигательной активности. Составление планов обучения поддержанию безопасности				
<b>Тема 2.5. Период старшего школьного возраста (подростковый, пубертатный)</b>	<b>Содержание учебного материала.</b> Анатомо-физиологические особенности органов и систем ребенка старшего школьного возраста. Физическое, половое, нервно-психическое и социальное развитие. Универсальные потребности ребенка, способы их удовлетворения. Возможные проблемы. Значение физического воспитания для здоровья ребенка подросткового возраста. Факторы риска и безопасности. Психологические проблемы перехода от детской к взрослой жизни. Помощь подростку и его родителям в ситуациях повышенного риска (депрессивные состояния, суицидальные попытки, повышенная сексуальная активность, пристрастие к вредным привычкам, беременность). Консультирование подростков по вопросам профилактики курения, злоупотребления алкоголем, токсикомании и наркомании	14	4	6	4
	<b>Практическое занятие.</b> 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,				

	<p>правильному режиму дня. Обучение девочек-подростков технике самообследования молочных желез, мальчиков-подростков - технике самообследования яичек. Обучение подростка и его окружения принципам создания безопасной окружающей среды. Обучение подростка принципам здорового образа жизни</p>				
	<p><b>Самостоятельная работа.</b>  Составление планов обучения рациональному и адекватному питанию.  Составление планов обучения поддержанию адекватной двигательной активности.  Составление планов обучения поддержанию безопасности.  Составление планов бесед с детьми старшего школьного возраста и их родителями о выборе профессии. Составление планов бесед о профилактике вредных привычек.</p>				
<b>Раздел 3. Зрелый возраст</b>					
<b>Тема 3.1. Период юношеского возраста</b>	<p><b>Содержание учебного материала</b>  Анатомо-физиологические, психологические и социальные особенности человека юношеского возраста. Основные потребности, способы их удовлетворения. Возможные проблемы</p>	10	2	6	2
	<p><b>Практическое занятие.</b> Обучение выявлению ситуаций повышенного риска и оказанию поддержки при их развитии. Выявление проблем, связанных с дефицитом знаний, умений и навыков в области укрепления здоровья. Составление рекомендаций по адекватному и рациональному питанию, двигательной активности, правильному режиму дня, принципам создания безопасной окружающей среды, поддержанию здорового образа жизни</p>				
	<p><b>Самостоятельная работа</b>  Составление планов обучения рациональному и адекватному питанию.  Составление планов обучения поддержанию адекватной двигательной активности.  Составление планов обучения поддержанию безопасности</p>				
<b>Тема 3.2. Особенности мужского и женского организмов в зрелом возрасте</b>	<p><b>Содержание учебного материала</b>  Анатомо-физиологические, психологические и социальные особенности и различия мужчин и женщин зрелого возраста. Универсальные потребности человека зрелого возраста, способы их удовлетворения. Возможные проблемы.  Строение и функции женских половых органов. Физиология женской половой сферы, связь менструальной и детородной функции, строение женского таза, его роль в репродукции. Женские половые гормоны, их биологическое действие на организм. Менструальный цикл, овогенез.  Строение и функции мужских половых органов, понятие о сперматогенезе,</p>	14	2	6	6

	<p>потенции, фертильности. Основные вопросы взаимоотношения полов, зависимость процесса воспроизводства от внутренних и внешних факторов. Мужские половые гормоны, их биологическое действие на организм. Сперматогенез, потенция, фертильность. Влияние факторов внешней среды на фертильность.</p> <p>Формирование полового влечения, его формы. Половые рефлексы у мужчин и женщин. Наиболее частые формы сексуальных нарушений. Роль медицинского работника в оказании консультативной помощи по вопросам укрепления репродуктивного здоровья</p>				
	<p><b>Практическое занятие.</b></p> <p>Выявление проблем, связанных с дефицитом знаний, умений и навыков, в области укрепления здоровья мужчины и женщины. Влияние факторов внешней среды на процесс воспроизводства. Составление рекомендаций по адекватному и рациональному питанию, двигательной активности, правильному режиму дня. Обучение принципам создания безопасной окружающей среды, принципам здорового образа жизни</p>				
	<p><b>Самостоятельная работа</b></p> <p>Составление планов обучения рациональному и адекватному питанию.</p> <p>Составление планов обучения поддержанию адекватной двигательной активности.</p> <p>Составление планов обучения поддержанию безопасности. Реферативные сообщения: «Современные принципы контрацепции», «Безопасный секс».</p>				
<p><b>Тема 3.3.</b> <b>Здоровье семьи</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p> <p>Понятие семьи. Типы, этапы жизненного цикла, основные функции семьи. Современные тенденции развития семьи в России и в мире. Характеристика основных функций семьи. Права членов семьи. Значение семьи в жизни человека. Возможные медико-социальные проблемы семьи. Планирование беременности. Последствия искусственного прерывания беременности. Репродуктивное поведение человека. Служба планирования семьи. Основные направления работы службы планирования семьи: охрана здоровья подростков, профилактика нежелательной беременности, профилактика ЗППП, помощь при бесплодии. Принципы контрацепции в зрелом возрасте. Обзор современных методов и средств контрацепции, грамотное использование которых позволяет сохранить репродуктивное здоровье женщины и решить проблему нежелательной беременности.</p>	13	2	6	5
	<p><b>Практические занятия</b></p> <p>Определение типа семьи. Определение этапа жизненного цикла семьи. Выявление</p>				

	<p>основных медико-социальных проблем семьи, определение возможных путей их решения. Составление рекомендаций по подготовке к запланированной беременности. Обучение семейной пары правильному использованию отдельных видов контрацепции. Определение факторов риска, влияющих на планирование семьи.</p>				
	<p><b>Самостоятельная работа</b> Реферативные сообщения на темы влияния семьи на здоровье человека, планирование семьи. Функции центров планирования семьи.</p>				
<p><b>Тема 3.4. Период беременности и родов</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала</b> Оплодотворение и развитие плодного яйца. Понятие об онтогенезе, периоды внутриутробного развития (эмбриональный и плодный). Критические периоды внутриутробной жизни человека, возможность нарушения потребностей плода в эти периоды. Влияние вредных факторов окружающей среды на развитие плода. Физиологическое течение беременности. Основные проблемы периода беременности. Продолжительность физиологической беременности и основные изменения, происходящие в организме беременной; значение этих изменений для нормального развития плода и подготовки к родам. Признаки беременности (предположительные, вероятные, достоверные). Роль медицинских работников, окружения в поддержании качества жизни беременной и развития плода. Дородовые патронажи. Современные принципы подготовки к родам, их роль в укреплении здоровья матери и будущего ребенка; психологическая и физическая подготовка мужей к осуществлению психологической поддержки женщины во время родов, к будущему отцовству. Подготовка беременных женщин и их семей к родам - помощь в сознательном подходе к предстоящим проблемам, вселение уверенности в благополучном исходе родов. Понятие о родовом акте. Течение родов: периоды родов, их физиологическая сущность, продолжительность; родовые изгоняющие силы - схватки, потуги. Проблемы здоровой роженицы, роль медицинского работника в решении этих проблем. Предвестники родов</p>	12	2	6	4
	<p><b>Практическое занятие.</b> Обучение определению признаков беременности. Определение предполагаемого срока родов. Составление планов дородовых патронажей. Составление рекомендаций беременной женщине по режиму дня, питанию; обучение специальным физическим упражнениям. Обучение беременной основным приемам, способствующим уменьшению болевых ощущений во время родов, правильному поведению во время родов</p>				

	<p><b>Самостоятельная работа</b>  Составление планов дородовых патронажей. Составление планов обучения питанию, безопасной двигательной активности беременной, занятия в бассейне, со спортивными приспособлениями и тренажерами, выполнение дыхательной гимнастики беременных. План обучения беременной безопасному поведению в быту, при подготовке к родам. Реферативные сообщения по теме занятия</p>				
<p><b>Тема 3.5. Послеродовой период</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала</b>  Физиологическая сущность послеродового периода.  Основные изменения, происходящие в организме женщины, происходящие в послеродовом периоде. Лактация, принципы ее поддержания.  Преимущество грудного вскармливания новорожденных.  Проблемы родильницы, возникающие в первые дни послеродового периода, связанные с лактацией, кормлением новорожденного, с изменениями в репродуктивной системе; роль медицинского работника в решении этих проблем.  Роль медицинского работника в подготовке супружеских пар к родам и послеродовому периоду. Ориентация супружеских пар на грудное вскармливание новорожденных. Психологические проблемы, возникающие в семье при появлении новорожденного, связанные с отцовством, материнством, изменением ролей в семье.  Принципы консультирования родильницы по вопросам питания, гигиены, контрацепции, сохранения грудного вскармливания</p>	12	2	6	4
	<p><b>Практическое занятие.</b>  Изучение течения нормальных родов и послеродового периода. Изучение физиологических и психологических составляющих грудного вскармливания. Изучение изменений репродуктивной системы в послеродовом периоде у женщин.  Мотивация к грудному вскармливанию. Обучение прикладыванию к груди. Поддержка грудного вскармливания. Обсуждение диеты родильницы и кормящей матери. Составление рекомендаций для кормящей матери по уходу за молочными железами, питанием, профилактике маститов.  Составление плана беседы с супружескими парами по подготовке к родам, грудному вскармливанию. Дискуссионное обсуждение профилактики послеродовых депрессий. Изучение принципов медицинского консультирования здоровых рожениц и родильниц</p>				
	<p><b>Самостоятельная работа</b>  Составление планов обучения подготовке к грудному вскармливанию.  Составление памяток для родильниц по подготовке молочных желез к кормлению,</p>				

	уходу за молочными железами, питанию в послеродовом периоде и в период лактации, сохранению грудного вскармливания, значение грудного вскармливания для женщины, новорожденного и семьи. Реферативные сообщения по теме занятия.				
<b>Тема 3.6. Климактерический период</b>	<p><b>Содержание учебного материала.</b> Понятия «климакс», «климактерический период», «пременопауза», «менопауза», «постменопауза». Основные представления о климактерическом синдроме, факторах риска развития климактерического синдрома и возможности его профилактики. Изменения, происходящие в организме женщины и мужчины в климактерическом периоде. Особенности протекания климактерического периода у женщин и мужчин. Роль медицинского работника в пропаганде здорового образа жизни и охране здоровья пациентов в переходном периоде.</p>	12	2	6	4
	<p><b>Практическое занятие.</b> Обучение выявлению факторов, влияющих на патологическое течение климакса, проблем человека в климактерическом периоде. Составление рекомендаций женщине и мужчине в климактерическом периоде по режиму дня, питанию, гигиене, поддержанию безопасности.</p>				
	<p><b>Самостоятельная работа.</b> Составление рекомендаций для мужчин и женщин по ведению здорового образа жизни, устранению вредных факторов окружающей среды, способных влиять на появление раннего и патологического климакса. Составление рекомендаций по питанию, режиму дня, гигиене человека в климактерическом периоде.</p>				
<b>Раздел 4. Здоровье лиц пожилого и старческого возраста</b>					
<b>Тема 4.1. Здоровье лиц пожилого и старческого возраста</b>	<p><b>Содержание учебного материала</b> Понятие о геронтологии. Актуальность геронтологии на современном этапе развития общества. Старение как закономерный этап жизнедеятельности человека. Место человека преклонного возраста в современном обществе. Отношение к пожилым людям как важный показатель нравственного состояния общества. Виды, теории и механизмы старения. Характеристика процесса старения. Образ жизни, его влияние на процессы старения. Влияние неблагоприятной экологической обстановки на интенсивность и выраженность процессов старения</p>	12	2	6	4
	<p><b>Практическое занятие.</b> Обсуждение средней продолжительности жизни в историческом аспекте и на современном этапе. Обсуждение места пожилого человека в современном обществе. Этические проблемы общения с лицами старших возрастных групп.</p>				



	<p>Дискуссионное обсуждение наиболее значимых и актуальных теорий и механизмов старения, причин старения в регионе, в России. Изучение процессов старения в различные возрастные периоды. Значение влияния экологических факторов на процессы старения. Характеристика различных типов старения. Студенты определяют внешние признаки старения, сравнивают биологический и календарный возраст.</p>				
	<b>Самостоятельная работа.</b> Реферативные сообщения по теме занятия.				
<p><b>Тема 4.2.</b> <b>Анатомо-физиологические и психологические особенности лиц пожилого и старческого возраста</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала</b> Анатомо-физиологические изменения в пожилом и старческом возрасте: особенности дыхательной, сердечно-сосудистой, пищеварительной, мочеполовой, нейроэндокринной систем, системы крови, опорно-двигательного аппарата, органов чувств, кожи. Возрастные изменения личности пожилого человека и его эмоциональной жизни. Интеллект в преклонном возрасте, психомоторная способность, проявления эмоциональности. Самооценка и социальная среда. Стрессовые ситуации в старости. Нарушения памяти, сна. Возможные проблемы в удовлетворении универсальных потребностей человека в преклонном возрасте</p>	12	2	6	4
	<p><b>Практическое занятие.</b> Дискуссионное обсуждение анатомо-физиологических и психологических аспектов старения. Выявление возможных проблем в удовлетворении универсальных потребностей стареющего человека. Понимание необходимости внесения изменений в образ жизни пожилых людей. Составление плана беседы с пациентами преклонного возраста. Выявление изменения в состоянии важнейших органов и систем, изменения памяти, ориентации, сна, степени способности к самообслуживанию и потребности в посторонней помощи, проблем, связанных с изменением способа удовлетворения потребностей, оказание посильной помощь пациенту преклонного возраста</p>				
	<p><b>Самостоятельная работа</b> Составление плана патронажа пожилого человека. Составление планов обучения поддержанию безопасности пожилого человека. Составление планов обучения рациональному и адекватному питанию пожилого человека. Составление планов обучения поддержанию адекватной двигательной активности пожилого человека. Составление рекомендаций по решению проблем пожилого человека. Составление плана обучения помощи пожилому человеку при нарушениях слуха, зрения. Реферативные сообщения по теме занятия</p>				
<b>Тема 4.3.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	12	2	6	4

<p><b>Организация социальной помощи населению старших возрастных групп.</b></p>	<p>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. Синдром ранней смерти после выхода на пенсию («пенсионная болезнь»). Сохранение социальной активности: продолжение посильной трудовой деятельности, участие в общественной жизни, активные контакты с родственниками, чтение периодических изданий, просмотр телепередач, различные увлечения. 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 улице. Основные нормативные документы, регламентирующие социальную защиту населения старших возрастных групп. Пенсионное обеспечение, система льгот. Категории населения преклонного возраста, имеющие право на льготы. Основные общественные организации, деятельность которых направлена на поддержание и социальную помощь лицам преклонного возраста. Различные организационные формы гериатрической помощи: 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.</p>				
	<p><b>Практическое занятие.</b>          Дискуссионное обсуждение социальных проблем человека преклонного возраста. Экономических и социальных аспектов одиночества, особенности формирования и оказания социальной помощи в России и в регионе. Пенсионное обеспечение, система льгот. Определение и обоснование нуждаемости в социальной помощи. Обсуждают проблемы создания безопасной среды в общественных местах, на транспорте, на улице и т.д. для людей преклонного возраста. Обосновывают значение семьи для пожилого пациента, роль общественных организаций в сохранении социальной активности.          Проведение собеседования с пациентом преклонного возраста, определение его социального статуса, выявление сохранности социальных контактов, положения</p>				

	<p>пациента в микросоциуме. Составляют отчет по результатам собеседования с выводами. При разборе конкретных ситуаций определяют и обосновывают необходимость в социальной помощи.</p>				
<p><b>Тема 4.4. Организация медицинской помощи населению старших возрастных групп.</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала</b> Сестринские услуги лицам пожилого и старческого возраста. Психологические и этические аспекты сестринской работы с пожилыми и старыми людьми Принципы эффективного общения. 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 удовлетворения потребностей. Проблемы пациента, связанные с дефицитом знаний, умений, навыков в области укрепления здоровья. Мотивация пациента на оздоровление образа жизни. 3. Планирование мероприятий по укреплению здоровья совместно с пациентом и его семьей. Реализация сестринских вмешательств: консультации по вопросам рационального образа жизни, обеспечения 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.</p>	12	2	6	4
	<p><b>Практическое занятие.</b> Дискуссионное обсуждение возможностей сестринской службы в удовлетворении универсальных потребностей пожилых пациентов и решении их проблем со здоровьем. Теоретическое обоснование особенностей специализированного сестринского ухода с учётом анатомо-физиологических и психологических возрастных изменений, особенности способов удовлетворения универсальных потребностей. Медицинский работник как консультант по вопросам, касающимся состояния здоровья. Применение сестринского процесса в обучении пациента и его семьи правильному образу жизни. Методика сестринского обследования образа</p>				

	<p>жизни пациента. Примеры возможных проблем пациента, связанных с дефицитом знаний, умений, навыков в области укрепления здоровья. Определение целей и планирование объема обучения. Реализация плана обучения. Оценка эффективности объема обучения. Обеспечение безопасности пожилого пациента в ЛПУ, в том числе особенности раздачи лекарственных средств в геронтологических отделениях. Обучение пациентов старших возрастных групп правилам приема лекарственных препаратов в домашних условиях.</p> <p>Работа с пациентами старших возрастов в отделениях стационара.</p>				
	<p><b>Самостоятельная работа.</b> Составление планов обучения поддержанию безопасности пожилого человека. Составление рекомендаций по решению проблем пожилого человека. Составление плана обучения помощи пожилому человеку при нарушениях слуха, зрения. Составление плана беседы по организации самоухода. Составление рекомендаций для родственников по уходу за пациентом преклонного возраста. Разработка рекомендаций для пациентов преклонного возраста с целью профилактики кишечных инфекций, педикулеза, отравлений. Реферативное сообщение по теме: «Лекарственное лечение в старости»</p>				
<p><b>Тема 4.5. Искусство продления жизни</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала</b> Здоровый образ жизни как залог активного долголетия. Факторы риска для человека пожилого и старческого возраста. Пути увеличения продолжительности жизни и замедление 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. Роль семьи пожилого пациента в сохранении здоровья, способности к самообслуживанию и продлению активного долголетия.</p>	12	2	6	4
	<p><b>Практическое занятие.</b> Дискуссионное обсуждение вопросов, касающихся рационального образа жизни. Оценка образа жизни пожилого человека на примере разбора конкретных ситуаций. Мероприятия по формированию представлений о здоровом образе жизни у людей преклонного возраста. Формирование суточного</p>				

	<p>меню для человека преклонного возраста в соответствии с требованиями геродиететики. Составление комплекса гимнастических упражнений, разработка плана беседы о герокосметологии, вреде курения, алкоголизме в старости. Проведение беседы с пациентами о рациональном питании и двигательной активности в старости, о значении сна и способах его регуляции, стрессе и его последствиях, о возможностях борьбы со стрессом в преклонном возрасте. Проведение беседы о личной гигиене и гигиене жилища, формировании безопасного быта. Реферативные сообщения о наиболее важных аспектах сохранения здоровья в пожилом возрасте.</p>				
	<p><b>Самостоятельная работа.</b> Составление памятки для людей старших возрастных групп о личной гигиене, гигиене жилища, рациональном питании, двигательной нагрузке, правилам выполнения гигиенической гимнастики, о вреде курения и злоупотребления алкоголя в преклонном возрасте, о правилах сохранения и нормализации сна в пожилом и старческом возрасте. Составление плана беседы о герокосметологии, геродиететике, рациональной двигательной активности, о вреде курения, приеме алкоголя и т.д. Разработка планов обучения рациональному и адекватному питанию в пожилом возрасте. Составление плана обучения поддержанию оптимальной двигательной активности пожилого человека. Реферативные сообщения по теме занятия.</p>				
<p><b>Тема 4.6. Медико-социальные и психологические аспекты смерти</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала.</b> Танатология как наука. Понятие «смерть». Классификация 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 и других народов, населяющих регион. Стадии траура. Общение с пережившими утрату.</p>	8		2	4
	<p><b>Практическое занятие.</b> Дискуссионное обсуждение вопросов, касающихся смерти, этапов умирания, констатации смерти, эмоциональных этапов горевания. Оказание психологической поддержки родных и близких умирающего человека. Правила констатации смерти. Клиническая и биологическая смерть. Уход за телом умершего. Обсуждение правил общения с пережившими утрату. Стадии траура. Обсуждение проблем эвтаназии в России и за рубежом.</p>				
	<p><b>Самостоятельная работ.</b> Реферативные сообщения по теме занятия.</p>				
<p><b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b></p>		<b>225</b>	<b>48</b>	<b>102</b>	<b>75</b>

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

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

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета:  
Здоровый человек и его окружения

##### **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. Здоровый человек и его окружение: учеб.пособие/Д.А.Крюкова, Л.А. Лысак, О.В. Фурса; под ред.Б.В. Кабарухина.-Изд.15-е.-Ростов н/Д: Феникс, 2019.-474с.:-(Среднее медицинское образование)

##### **Дополнительные источники:**

1. Волков, С.Р. Здоровый человек и его окружение. Руководство к практическим занятиям [Текст]/ С.Р. Волков, М.М. Волкова / Учебное пособие. – Москва: Авторская академия, 2019.- 495с.
2. Волков, С.Р. Здоровый человек и его окружение [Текст]/ С.Р. Волков, М.М. Волкова / Учебник. – Москва: ОАО «Издательство «Медицина», 2019.-599с.

Интернет-ресурсы:

1. Здоровая Россия [Электронный ресурс] [www.TakZdorovo.Ru](http://www.TakZdorovo.Ru)

### **3.3. Специальные условия для получения профессионального образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья.**

1. Реализация программы для лиц с ограниченными возможностями здоровья осуществляется в смешанной группе с использованием мультимедийного проектора, специального программного обеспечения.
2. Для самостоятельной работы студентам предлагаются учебные и лекционные материалы в электронном и печатном виде с альтернативными форматами (крупный шрифт, аудиозаписи и пр.).
3. Студенту по запросу обеспечивается индивидуальный режим работы на занятии (дополнительные перерывы, изменение темпа работы и пр.).
4. По запросу составляется индивидуальный план освоения образовательной программы.

## **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. Решение ситуационных задач. Решение заданий в тестовой форме.
- периоды жизнедеятельности человека;	Решение заданий в тестовой форме. Анализ составления планов патронажа новорожденного и ребенка первого года жизни. Анализ составления плана проведения занятий с беременной. Анализ составления памятки по

	<p>гигиене для кормящей матери и беременной женщины.</p> <p>Анализ составления отчета о патронаже пожилого человека с выводами и рекомендациями.</p> <p>Анализ составления и оформление памяток для населения.</p>
- анатомо-физиологические и психологические особенности человека;	<p>Решение ситуационных задач.</p> <p>Решение заданий в тестовой форме.</p>
- основные закономерности и правила оценки физического, нервно-психического и социального развития;	<p>Решение ситуационных задач.</p> <p>Решение заданий в тестовой форме.</p>
- универсальные потребности человека в разные возрастные периоды;	<p>Анализ выполнения заданий для самостоятельной работы.</p> <p>Решение ситуационных задач.</p> <p>Решение заданий в тестовой форме.</p>
- значение семьи в жизни человека	<p>Анализ выполнения заданий для самостоятельной работы.</p>
- Умения:	
- оценивать параметры физиологического развития человека в разные возрастные периоды	<p>Наблюдение и оценка демонстрации обучающимися практических умений.</p> <p>Решение ситуационных задач.</p> <p>Решение заданий в тестовой форме.</p>
- выявлять проблемы человека в разные возрастные периоды, связанные с дефицитом знаний, умений и навыков в области укрепления здоровья;	<p>Решение ситуационных задач.</p> <p>Решение заданий в тестовой форме.</p> <p>Анализ составления плана беседы с различными категориями населения.</p> <p>Анализ составления плана беседы с подростками по формированию приверженности здоровому образу жизни.</p>
- обучать население особенностям сохранения и укрепления здоровья в разные возрастные периоды и вопросам планирования семьи	<p>Решение ситуационных задач.</p> <p>Анализ составления памятки для населения</p> <p>Анализ составления плана беседы с различными категориями населения.</p> <p>Анализ составления плана беседы с подростками по формированию приверженности здоровому образу жизни</p>



