

**МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ БУРЯТИЯ  
ГАПОУ «РЕСПУБЛИКАНСКИЙ БАЗОВЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ  
ИМЕНИ Э.Р.РАДНАЕВА»**

**ГҮРЭНЭЙ МЭРГЭЖЭЛТЭ ЁУРАЛСАЛАЙ БЭЕЭ ДААЬАН ЭМХИ ЗУРГААН  
«Э.Р. РАДНАЕВАЙ НЭРЭМЖЭТЭ УЛАС ТҮРЫН ЭМШЭЛЭЛГЫН ГОЛ  
КОЛЛЕДЖ»**

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

Для специальности:

31.02.01 Лечебное дело, углубленная подготовка

Улан-Удэ, 2020 г.

«Рассмотрено»  
на заседании ЦМК  
Лечебное дело  
Протокол № \_\_  
от \_\_\_\_\_ 201\_\_ г.  
Заведующий ЦМК

\_\_\_\_\_  
О.Г.Кузнецова

«Согласовано»  
Ст. методист

\_\_\_\_\_  
Е.Д. Югдурова  
«\_\_» сентября 201\_\_ г.

«Согласовано»  
Зам. директора ОУ

\_\_\_\_\_  
Н.Б.Дырдуева  
«\_\_» \_\_\_\_201\_\_ г.

Самопроверка (самоэкспертиза) рабочей программы на соответствие структуре и макету проведена \_\_\_\_\_ (дата) \_\_\_\_\_ (подпись)

«Утверждена» на заседании методического совета ГАПОУ «РБМК имени Э.Р.Раднаева»

Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_ 201\_\_ г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности (специальностям) среднего профессионального образования (далее СПО), входящей(-им) в укрупненную группу специальностей 31.00.00 «Клиническая медицина».

#### 31.02.01 Лечебное дело

Организация-разработчик: Государственное автономное образовательное учреждение среднего профессионального образования «Республиканский базовый медицинский колледж им. Э. Р. Раднаева»

Разработчики:

Кузнецова Ольга Григорьевна - Заслуженный работник Здравоохранения Республики Бурятия, Заведующая ЦМК специальности Лечебное дело, преподаватель педиатрии высшей квалификационной категории.

Михайло Альфия Васильевна - Заслуженный работник Образования Республики Бурятия, преподаватель акушерства высшей квалификационной категории.

Маншеева Евгения Бальжиновна - Заслуженный врач Республики Бурятии, Почетный работник образования СПО, преподаватель терапии высшей квалификационной категории.

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА</b>	стр. 5
<b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	9
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	12
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	21
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	24

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебной дисциплины «Здоровый человек и его окружение» составлена согласно рекомендациям «Разъяснения по формированию примерных программ профессиональных модулей начального профессионального и среднего профессионального образования на основе Федеральных государственных образовательных стандартов начального профессионального и среднего профессионального образования», утвержденных директором Департамента государственной политики в образовании Министерства образования и науки Российской Федерации И.М.Реморенко 27 августа 2009 г и в соответствии с требованиями локального нормативного документа «Методическая инструкция по формированию рабочих программ учебных дисциплин на основе ФГОС СПО».

Общее количество часов, отведенных на изучение содержания составляет: 210, из них аудиторная учебная нагрузка 140 часов, самостоятельная работа 70 часов. Итоговая аттестация проводится в форме экзамена.

В программе представлен паспорт рабочей программы, структура и содержание учебной программы, условия реализации программы учебной дисциплины, контроль и оценка результатов освоения.

Нормативный срок освоения ППССЗ СПО по специальности 31.02.01 Лечебное дело, углубленный уровень подготовки при очной форме получения образования 3 года 10 месяцев.

Изучение учебной дисциплины «Здоровый человек и его окружение» в структуре ППССЗ для специальности 31.02.01 Лечебное дело предусмотрено на 1 курсе во 2 семестре одновременно с изучением общепрофессиональных дисциплин «Анатомия и физиология человека», «Фармакология», «Основы латинского языка с медицинской терминологией», «Генетика человека с основами медицинской генетики», что обеспечивает тесные межпредметные связи.

Данная программа предусматривает изучение учебной дисциплины поурочным методом. Теоретические занятия проводятся в учебных кабинетах ГАПОУ РБМК в виде комбинированных уроков с использованием информационно-компьютерных технологий. Особое внимание уделяется анатомо-физиологическим особенностям человека в различные периоды его развития; универсальным потребностям человека в разные возрастные периоды; значению семьи в жизни человека.

Лабораторно-практические занятия проводятся в кабинетах доклинической практики.

Цель лабораторно-практических занятий - формирование умений:

- оценки параметров физиологического развития человека в разные возрастные периоды;
- выявления проблем человека в разные возрастные периоды, связанных с дефицитом знаний, умений и навыков в области укрепления

здоровья;

- обучения населения особенностям сохранения и укрепления здоровья в разные возрастные периоды и вопросам планированию семьи, составление плана бесед по здоровому образу жизни. Они проводятся в кабинетах доклинической практики.

В изучении учебной дисциплины включены вопросы организации профилактической работы в Республике Бурятия, Центров здоровья, Школ здоровья.

Программа состоит из трех разделов - «Здоровый ребенок, подросток», «Здоровая женщина, здоровый мужчина в зрелом возрасте», «Здоровье лиц пожилого и старческого возраста» и включает основные темы учебных занятий.

В разделе «Здоровый ребенок, подросток» изучаются анатомо-физиологические и психологические особенности детей в разные возрастные периоды, универсальные потребности ребенка и способы их удовлетворения в зависимости от возраста, факторы, оказывающие воздействие на рост и развитие, возникновение заболеваний у детей.

Особое внимание уделяется изучению периода новорожденности и грудного возраста, так как эти периоды имеют важное значение в сохранении и поддержании здоровья на протяжении всей жизни.

Внимание студентов акцентируется на содержании таких основополагающих понятий, как «здоровье», «укрепление здоровья», «охрана здоровья», «качество жизни», «факторы риска болезни», «профилактика».

В разделе «Здоровая женщина, здоровый мужчина в зрелом возрасте» изучаются анатомо-физиологические и психо-социальные особенности человека зрелого возраста, факторы, которые наиболее часто приводят к нарушению удовлетворения фундаментальных потребностей. Значительное внимание уделяется изучению продуктивной системы, роли семьи в укреплении и сохранении здоровья человека, планированию семьи, консультированию по вопросам, возникающим в разных периодах зрелого возраста.

В разделе «Здоровье лиц пожилого и старческого возраста» помимо анатомо-физиологических и психо-социальных особенностей лиц пожилого и старческого возраста изучаются факторы риска болезни и здоровый образ жизни как залог активного долголетия, пути увеличения продолжения жизни, законодательные аспекты социальной защиты лиц пожилого и старческого возраста в Российской Федерации, вопросы обеспечения безопасности пожилого человека и консультативной помощи при возникающих проблемах у стареющих пациентов и их родственников по вопросам укрепления здоровья, психологической поддержки.

Изучение особенностей удовлетворения универсальных подробностей человека в разные возрастные периоды позволит профессионально консультировать пациента и его семью по вопросам здорового образа жизни.

На самостоятельную работу обучающихся отводится 70 час.

Предусмотрены следующие виды СРС: подготовка реферативных сообщений, планов бесед, составление электронных презентаций, конспектирование, работа в интернете. Предусмотрены задания различной степени сложности, для решения которых студентам понадобятся другие источники – справочная литература, энциклопедии, учебники других авторов, Интернет. Все это призвано развивать мыслительную деятельность студентов, анализировать, выделять главное в тексте, совершенствовать умения самостоятельно работать над изучаемой темой, ответственно относиться к домашнему заданию.

При отборе содержания программы дисциплины и планировании СРС учтены формируемые общие и профессиональные компетенции согласно специальности, которые представлены в паспорте программы УД. Согласно рекомендациям работодателей особое внимание уделено формированию следующих ОК:

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.

Текущий контроль успеваемости проводится в виде решения ситуационных задач и тестов разных уровней.

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОП.01. ЗДОРОВЫЙ ЧЕЛОВЕК И ЕГО ОКРУЖЕНИЕ

### 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности (специальностям) СПО - 31.02.01 Лечебное дело углубленной подготовки, входящей в укрупненную группу специальностей 31.00.00 «Клиническая медицина».

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

дисциплина входит в профессиональный учебный цикл как общепрофессиональная дисциплина

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

**Цель** освоения дисциплины «Здоровый человек и его окружение» - выработка у обучающихся осознанного понимания связи здоровья человека с окружающей средой, факторами и условиями жизни, трудовой деятельностью. Это является необходимой предпосылкой для их активного участия в проведении научно-обоснованных и эффективных профилактических мероприятий, пропаганды здорового образа жизни.

#### **Задачи:**

- выявление факторов риска болезни для пациента (семьи) и консультирование населения по вопросам уменьшения их влияния на здоровье;
- проведение мер по укреплению и поддержанию здоровья населения различных возрастных групп;
- организация обучения пациента и его окружения.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

- содержание понятий «здоровье», «качество жизни», «факторы риска болезни»;
- основные факторы риска развития болезней в разные возрастные периоды;
- периоды жизнедеятельности человека;

- анатоμο-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.

В ходе изучения программы учебной дисциплины обучающийся должен пройти базовую подготовку для формирования следующих

А. Общих 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.

Б. Профессиональных компетенций:

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:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося – 210 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 140 часа;

самостоятельной работы обучающегося – 70 час.

**1.5. Вид промежуточной аттестации: экзамен.**

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>210</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>140</b>
в том числе:	
практические занятия	96
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>70</b>
в том числе:	
выполнение реферата, составление планов работ	34
подготовка презентаций по здоровому образу жизни с использованием интернет ресурсов	20
конспектирование по заданиям из основной и дополнительной литературы	16
<b>Итоговая аттестация в форме экзамена - 8</b>	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ЗДОРОВЫЙ ЧЕЛОВЕК И ЕГО ОКРУЖЕНИЕ

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект) (если предусмотрены)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
<b>Раздел 1. Здоровый ребенок, подросток</b>			81	
<b>Тема 1.1. Здоровье и качество жизни. Возрастная периодизация</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		4	
	1	Концепция охраны и укрепления здоровья. Здоровье и качество жизни. Понятия: «здоровье», «образ жизни», «качество жизни». Факторы, влияющие на здоровье. Факторы риска болезни.		1
	2	Возрастная периодизация, характеристика		1
<b>Тема 1.2. Внутриутробный этап развития, его характеристика, антенатальная охрана плода</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			
	1	Внутриутробный период: закономерности роста и развития человека во внутриутробном периоде.	2	2
	<b>Практические занятия</b> 1.Выявление факторов, влияющих на эмбриональное развитие, здоровье плода. Выявление и оценка факторов, влияющих на здоровье.		4	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Составление планов дородовых патронажей Составление презентаций Конспектирование. <b>Тематика для самостоятельной внеаудиторной работы студента</b> Комплексная оценка состояния здоровья детей, критерии здоровья. Основные группы здоровья. Теория развития человека, понятия - « потребности человека», « возраст», «возрастные периоды», «хронологический возраст», « биологический возраст», «юридический возраст». Организация Центров здоровья в Республике Бурятия Понятия: «рост» и «развитие». Факторы, оказывающие воздействие на рост и развитие. Основные закономерности роста и развития человека. Внутриутробное развитие плода. Влияние вредных факторов на плод		5	
<b>Тема 1.3. Период новорожденности, его характеристика. Новорожденный ребенок</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		6	
	1	Период новорожденности (неонатальный), его характеристика. Анатомо-физиологические особенности новорожденного ребенка.		2
	2	Доношенный новорожденный, организация ухода		2
	3	Анатомо-физиологические особенности новорожденного недоношенного ребенка, организация ухода.		2
	<b>Практические занятия</b> 1.Выявление признаков доношенного новорожденного. Организация медицинской помощи новорожденным детям. Изучение основных приказов по санитарно-эпидемиологическому режиму в отделении новорожденных.		12	

	2. Составление рекомендаций по организации ухода за доношенным новорожденным.		
	3. Составление рекомендаций по организации ухода за недоношенным новорожденным.		
	<p><b>Самостоятельная работа обучающихся</b>  Составление планов обучения уходу за новорожденным.  Составление плана беседы по поддержке грудного вскармливания.  Составление планов обучения составлению режима дня и питания.  Составление планов патронажей (дородовых; новорожденных)</p> <p><b>Тематика для самостоятельной внеаудиторной работы студента</b>  Противопоказания к кормлению ребенка грудью и затруднения при вскармливании  Аптечка матери и ребенка  Роль вакцинации в профилактике инфекционных заболеваний. Календарь профилактических прививок  Анатомо-физиологические особенности недоношенного новорожденного ребенка, отличие от доношенного.  Анатомо-физиологические особенности желудочно-кишечного тракта у детей. Особенности детского пищеварения.  Анатомические особенности органов дыхания у детей. Механизм первого вдоха. Клиническое значение.  Анатомо-физиологические особенности сердечно-сосудистой системы. Внутритропное кровообращение.</p>	9	
<p><b>Тема 1.4.</b>  <b>Период грудного</b>  <b>возраста, его</b>  <b>характеристика.</b>  <b>Питание детей</b>  <b>первого года жизни</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p>	2	2
	1   Анатомо-физиологические особенности, рост и развитие ребенка грудного возраста. Питание детей первого года жизни. Универсальные потребности ребенка, способы их удовлетворения.		
	<p><b>Практические занятия</b></p>	12	
	1. Проведение антропометрических измерений и оценка полученных результатов. Оценка физического развития детей грудного возраста. Выявление проблем, связанных с дефицитом знаний, умений и навыков в области укрепления здоровья. Составление рекомендаций по закаливанию ребенка.		
	2. Проведение оценки нервно-психического развития детей первого года жизни. Составление рекомендаций по режиму дня, выбору игрушек и игровых занятий для детей грудного возраста. Обучение родителей и окружения ребенка принципам создания безопасной окружающей среды.		
3. Обучение родителей и окружение ребенка правилам и технике кормления детей. Составление примерного меню для ребенка грудного возраста при разных видах вскармливания.			
<p><b>Самостоятельная работа обучающихся</b>  Составление планов обучения составлению режима дня и питания.  Составление планов обучения поддержанию безопасности ребенка.  Составление рекомендаций по выбору игрушек и игровых занятий для детей грудного возраста</p> <p><b>Тематика для самостоятельной внеаудиторной работы студента</b>  Преимущества грудного вскармливания – характеристика грудного молока. Значение раннего прикладывания ребенка к груди матери. Характеристика молозива, его значение. Противопоказания к кормлению ребенка грудью и затруднения при вскармливании  Характеристика искусственного и смешанного вскармливания. Гипогалактия, причины возникновения, классификация, лечение, профилактика. Питание, гигиена и режим кормящей матери.</p>	7		

	<p>Питание, гигиена и режим кормящей матери.          Закаливание. Основные средства и правила. Значение закаливания и физического воспитания для развития.          Мои первые игрушки          Диспансерное наблюдение за детьми первого года жизни</p>		
<p><b>Тема 1.5. Период преддошкольного, дошкольного и младшего школьного возраста</b>  <b>Период старшего школьного возраста (подростковый, пубертатный)</b></p>	<b>Содержание учебного материала</b>		4
	1	Анатомо-физиологические особенности, рост и развитие ребенка дошкольного возраста	2
	2	Анатомо-физиологические особенности, рост и развитие ребенка школьного возраста	2
	<b>Практические занятия</b>		8
	<p>1. Проведение антропометрических измерений. Оценка физического, нервно-психического развития детей. Составление примерного меню детям дошкольного возраста. Составление рекомендаций по режиму дня для детей. Обучение родителей ребенка и его окружение принципам закаливания, основным гимнастическим комплексам.</p> <p>2. Проведение антропометрических измерений. Оценка физического, нервно-психического и полового развития детей школьного возраста. Обучение выявлению ситуаций повышенного риска и оказанию поддержки при их развитии. Обучение девочек-подростков технике самообследования молочных желез, мальчиков-подростков - технике самообследования яичек. Обучение подростка принципам здорового образа жизни.</p>		
<p><b>Самостоятельная работа обучающихся</b>          Составление планов обучения рациональному и адекватному питанию, правильному режиму дня.          Обучение родителей ребенка и подростка принципам создания безопасной окружающей среды.          Составление рекомендаций по адаптации в детском дошкольном учреждении и в школе.          Составление планов бесед с детьми старшего школьного возраста и их родителями о выборе профессии.          Составление планов бесед о профилактике вредных привычек.</p> <p><b>Тематика для самостоятельной внеаудиторной работы студента</b>          Подготовка к поступлению в детское дошкольное учреждение и в школу. Адаптация ребенка.          Скажем «нет» наркотикам          Беременность девочек-подростков          На краю пропасти (о профилактике суицидов)          Важный выбор (о выборе профессии).          Нервно-психическое развитие ребенка различного возраста          Роль игрушек в развитии ребенка          Режим дня детей различного возраста</p>		6	
<p><b>Раздел 2. «Здоровая женщина, здоровый мужчина в зрелом возрасте»</b></p>		75	

<b>Тема 2.1.</b> <b>Особенности мужского и женского организмов в зрелом возрасте</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		2		
	1	Особенности мужского и женского организмов в зрелом возрасте			1
	<b>Практические занятия</b> 1.Оценивание состояния репродуктивной системы женщин в зрелом возрасте и обучение принципам здорового образа жизни 2.Оценивание состояния репродуктивной системы мужчин в зрелом возрасте и обучение принципам здорового образа жизни.		8		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Написание конспекта Работа с учебником, дополнительными источниками информации Составление презентаций <b>Тематика для самостоятельной внеаудиторной работы студента</b> Женские половые гормоны и их влияние на организм Мужские половые гормоны и их влияние на организм Гигиена мужчин в зрелом возрасте		5		
<b>Тема 2.2.</b> <b>Здоровье семьи. Планирование семьи</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		4		
	1.	Здоровье семьи. Понятие семьи. Типы, этапы жизненного цикла, основные функции семьи.			2
	2.	Планирование семьи. Предупреждение нежелательной беременности. Методы контрацепции.			
	<b>Практические занятия</b> 1. Выявление основных медико-социальных проблем семьи, определение путей решения 2. Консультирование по использованию контрацептивов.		8		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Подготовка презентаций <b>Тематика для самостоятельной внеаудиторной работы студента</b> История развития контрацепции. Методы контрацепции.		6		
<b>Тема 2.3. Период беременности и родов</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		6		
	1.	Период беременности.			2
	2.	Физиологические роды			2
	3.	Послеродовый период.			2
	<b>Практические занятия</b> 1. Обучение поведению во время беременности для снижения влияние вредных факторов на развитие эмбриона и плода. 2. Обучение определению признаков беременности, предполагаемого срока родов. 3. Обучение роженицы поведению во время родов 4. Обучение родильниц поведению в послеродовом периоде		16		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>		11		

	Составление презентаций <b>Тематика для самостоятельной внеаудиторной работы студента</b> Гигиена в период беременности и в послеродовом периоде Рациональное питание во время беременности Рациональное питание в послеродовом периоде Контрацепция в послеродовом периоде		
<b>Тема 2.4. Климактерический период</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	2
	1. Климактерический период.		
	<b>Практические занятия</b> 1. Обучение женщин и мужчин правилам поведения в климактерическом периоде.	4	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Составление презентаций <b>Тематика для самостоятельной внеаудиторной работы студента</b> Питание в климактерическом периоде Гигиена климактерического периода Патологический климактерический период	3	
<b>Раздел 3. Здоровье лиц пожилого и старческого возраста</b>		54	
<b>Тема 3.1. Введение в геронтологию. Анатомо-физиологические особенности пожилого</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	6	
	1. Понятия «геронтология», «старость», «старение». Основные гипотезы старения. Виды, теории и механизмы старения.		1
	2. Анатомо-физиологические особенности лиц пожилого и старческого возраста. Проблемы, возникающие при старении, в том числе связанные с изменением возможности удовлетворять универсальные потребности, способы их решения.		2
	3. Психологические и социальные особенности лиц пожилого и старческого возраста. Биологический и календарный возраст.		2
	<b>Практические занятия</b> 1. Изучение процессов старения в различные возрастные периоды. Определение внешних признаков старения, сравнение биологического и календарного возраста. 2. Выявление изменения в состоянии важнейших органов и систем, изменения памяти, ориентации, сна, степени способности к самообслуживанию и потребности в посторонней помощи, проблем, связанных с изменением способа удовлетворения потребностей, оказание посильной помощи пациенту преклонного возраста.	8	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Составление плана патронажа пожилого человека. Составление планов обучения поддержанию безопасности пожилого человека. Составление плана обучения помощи пожилому человеку при нарушениях слуха, зрения.	7	

	<p>Подготовка сообщений с презентацией</p> <p><b>Тематика для самостоятельной внеаудиторной работы студента</b></p> <p>Наиболее значимые и актуальные теории и механизмы старения, причины старения в регионе, в России.</p> <p>Процессы старения в организме.</p> <p>Проблема старения в психологии. Особенности интеллектуального развития в пожилом и старческом возрасте.</p>		
<p><b>Тема 3.2.</b></p> <p><b>Универсальные потребности лиц пожилого и старческого возраста.</b></p> <p><b>Организация медицинской, социальной и психологической помощи населению старших возрастных групп</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p>	4	
	<p>1 Проблемы пациентов в преклонном возрасте. Образ жизни и долголетие. Пути увеличения продолжительности жизни.</p>		2
	<p>2. Организация медицинской, социальной и психологической помощи населению старших возрастных групп.</p>		2
	<p><b>Практические занятия</b></p> <p>1. Выявление факторов риска у лиц пожилого возраста и замедление темпов старения. Способы сохранения интеллекта. Особенности геродиетики. Личная гигиена. Реабилитация геронтов.</p> <p>2. Осуществление социальной и медицинской помощи пациентам старших возрастных групп.</p> <p>Гериатрическая фармакотерапия.</p> <p>3. Осуществление психологической помощи пациентам пожилого возраста, планирование психологической помощи. Психологические и этические аспекты работы с пожилыми и старыми людьми. Принципы эффективного общения. Сохранение социальных контактов. Предупреждение психотравмирующих ситуаций в межличностном общении.</p>	12	
<p><b>Самостоятельная работа обучающихся</b></p> <p>Подготовка сообщений.</p> <p>Подготовка рефератов.</p> <p>Составление планов, рекомендаций, бесед, памяток:</p> <p>Составление плана патронажа пожилого человека.</p> <p>Составление планов обучения поддержанию безопасности пожилого человека.</p> <p>Составление беседы «Рациональное питание людей пожилого и старческого возраста».</p> <p>Составление беседы о вреде курения</p> <p>Составление комплекса физических упражнений и демонстрация перед пожилыми.</p> <p>Составление рекомендаций по решению проблем пожилого человека.</p> <p>Составление памятки для пожилого человека «Правильное применение лекарственных препаратов»</p> <p><b>Тематика для самостоятельной внеаудиторной работы студента</b></p> <p>Средняя продолжительность жизни, место пожилого человека в современном обществе, этические проблемы общения.</p> <p>Пути увеличения продолжительности жизни.</p> <p>Особенности интеллектуального развития в пожилом и старческом возрасте. Здоровый досуг. Роль семьи пожилого пациента в сохранении здоровья, физическая активность. Сохранение социальных контактов.</p> <p>Предупреждение психотравмирующих ситуаций в межличностном общении</p> <p>Основные задачи и профессиональные обязанности социального работника.</p>	8		

<b>Тема 3.3.</b> <b>Медико-социальные и психологические аспекты смерти</b> <b>Танатология – как наука</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		2	
	1	Медико-социальные и психологические аспекты смерти. Понятие «смерть». Этапы, стадии умирания. Психологическая поддержка умирающего человека и его близких. Эвтаназия. Танатология – как наука.		2
	<b>Практические занятия</b>		4	
	<b>1.Осуществление хосписной помощи в рамках паллиативной медицины.</b>			
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Конспектирование учебника.</li> <li>• Критерии смерти человека.</li> <li>• Морально-мировозренческое понимание личности.</li> </ul> <b>Тематика для самостоятельной внеаудиторной работы</b> <p>1.Танатология как наука. Понятие «смерть». Медико-биологические, философские, религиозные, социально-психологические аспекты смерти. Законодательство РФ об эвтаназии.</p> <p>2.Здоровый образ жизни как залог активного долголетия</p>			
<b>Всего:</b>			210	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1. – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2. – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)
3. – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Реализация программы дисциплины предполагает наличие учебного кабинета «Здоровый человек и его окружение».

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
- плантограф
- таблицы, схемы, структуры, диаграммы
- презентации
- медицинская документация
- методические пособия, рекомендации для обучающихся
- муляж новорожденного ребенка, муляжи и фантомы взрослого человека, тонометр для измерения артериального давления

Технические средства обучения:

- компьютер
- мультимедийный проектор (интерактивная доска)
- классная доска (меловая или маркерная), мел или маркеры
- видеофильмы по разделам дисциплины «Здоровый человек и его окружение».

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения.

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

Основные источники:

1. Т.Ю. Быковская. Основы профилактики: учеб. пособие – Изд. 2-е – Ростов н/Дону: Феникс, 2016. – 219 с.
2. С.И. Двойников. Проведение профилактических мероприятий: учеб. Пособие – М.: ГЕОТАР-Медиа, 2017. – 448 с.
3. Д.А. Крюкова. Здоровый человек и его окружение: учеб. пособие – Изд. 16-е – Ростов н/Дону: Феникс, 2017. – 474 с.
4. В.Д. Тульчинская. Здоровье детей: учеб. пособие - Ростов н/Дону: Феникс, 2014. – 200 с.

Нормативные источники:

1. Федеральный закон от 21 ноября 2011 г. N 323-ФЗ "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации"

2. Приказ Министерства здравоохранения РФ от 10.08.2017. N 514н "О Порядке прохождения несовершеннолетними медицинских осмотров, в том числе при поступлении в образовательные учреждения и в период обучения в них"
3. Приказ Минздрава России от 01.11.2012 N 572н (ред. от 12.01.2016) "Об утверждении Порядка оказания медицинской помощи по профилю "акушерство и гинекология (за исключением использования вспомогательных репродуктивных технологий)"
4. Приказ Минздрава РФ от 21 марта 2014 г. № 125 «Об утверждении национального календаря профилактических прививок и календаря профилактических прививок по эпидемиологическим показаниям»

Дополнительные источники:

1. Борисова, С. Ю. Роль фельдшера в профилактике инфекций, передающихся при оказании медицинской помощи : учебное пособие / С. Ю. Борисова. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2020. — 56 с. — ISBN 978-5-8114-5179-1
2. Водяникова И. Н. Здоровый человек и его окружение. Рабочая тетрадь / И. Н. Водяникова, О. М. Ахметшина и др. — Санкт-Петербург : Лань, 2020. — 120 с. — ISBN 978-5-8114-4366-6
3. Жирков, А.М. Здоровый человек и его окружение. Междисциплинарный подход : учебное пособие / А.М. Жирков, Г.М. Подопригора, М.Р. Цуцунава. — Санкт-Петербург : Лань, 2016. — 272 с. — ISBN 978-5-8114-1978-4.
4. Курбатова, У.Б. Здоровый ребенок : учебное пособие / У.Б. Курбатова. — Санкт-Петербург : Лань, 2019. — 168 с. — ISBN 978-5-8114-3403-9.
5. Кулаков В.И, Прилепская В.Н., Радзинский В.Е. Руководство по амбулаторно-поликлинической помощи в акушерстве и гинекологии. — М.: ГЭОТАР Медия, 2016.
6. Морозов, М.А. Здоровый человек и его окружение. Здоровьесберегающие технологии : учебное пособие / М.А. Морозов. — Санкт-Петербург : Лань, 2016. — 372 с. — ISBN 978-5-8114-2255-5..
7. Солодовников, Ю.Л. Основы профилактики : учебное пособие / Ю.Л. Солодовников. — 4-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2020. — 292 с. — ISBN 978-5-8114-4868-5.
8. Соколова, Л.И. Здоровый детский возраст. Рабочая тетрадь : учебное пособие / Л.И. Соколова. — Санкт-Петербург : Лань, 2018. — 48 с. — ISBN 978-5-8114-3116-8.
9. Шамина, Н. А. Основы вакцинопрофилактики : учебное пособие / Н. А. Шамина. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2020. — 96 с. — ISBN 978-5-8114-5182-1.
10. Цыганкова М. П. Здоровый ребенок от рождения до 7 лет / М. П. Цыганкова, И. Я. Романюк. — 2-е изд., испр. — Санкт-Петербург : Лань, 2020. — 148 с. — ISBN 978-5-8114-4365-9

### Интернет-источники: разрешенные

1. Профилактика профессиональных заражений : учебное пособие / Н.М. Палатова, О.Ю. Егорова. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2019. — 112 с. — ISBN 978-5-8114-4278-2. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/118610> (дата обращения: 11.03.2020). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Рылова, Н.Ю. Уход за новорожденным ребенком : учебное пособие / Н.Ю. Рылова. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2019. — 424 с. — ISBN 978-5-8114-4414-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/119656> (дата обращения: 11.03.2020). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. <http://meduniver.com> – Библиотека медицинского университета
4. <http://studentam.net/content/category/1/108/118/> – Электронная библиотека учебников
5. [http://window.edu.ru/window/library?p\\_rubr=2.2.81](http://window.edu.ru/window/library?p_rubr=2.2.81) – единое окно доступа к образовательным ресурсам
6. <http://medsestra.okis.ru/>
7. <http://book-i19.ru/uchebnaya-literatura/studentam-vuzov/tehnicheskie-nauki-medicina-selskoe-hozyajstvo/medicina-farmakologiya/sestrinskoe-delo/>

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

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы, виды и методы контроля и оценки результатов обучения
Знания:	
– содержание понятий «здоровье», «качество жизни», «факторы риска болезни»;	Решение заданий в тестовой форме. Выполнение рефератов и защита презентаций актуальным направлениям профилактической деятельности
– основные факторы риска развития болезней в разные возрастные периоды;	Анализ выполнения заданий для самостоятельной работы. Решение задач. Решение заданий в тестовой форме. Выполнение рефератов и защита презентаций
– периоды жизнедеятельности человека;	Решение заданий в тестовой форме. Анализ составления планов патронажа новорожденного и ребенка первого года жизни. Анализ составления плана проведения занятий с беременной. Анализ составления памятки по гигиене для кормящей матери и беременной женщины. Анализ составления отчета о патронаже пожилого человека с выводами и рекомендациями. Анализ составления и оформление памяток для населения.
– анатомо-физиологические и психологические особенности человека;	Решение задач. Решение заданий в тестовой форме. Выполнение рефератов и защита презентаций актуальным направлениям профилактической деятельности
– основные закономерности и правила оценки физического, нервно-психического и социального развития;	Решение задач. Решение заданий в тестовой форме. Выполнение рефератов и защита презентаций
– универсальные потребности человека в разные возрастные периоды;	Анализ выполнения заданий для самостоятельной работы. Решение задач. Решение заданий в тестовой форме. Выполнение рефератов и защита презентаций
– значение семьи в жизни человека	Анализ выполнения заданий для самостоятельной работы. Выполнение рефератов и защита презентаций актуальным направлениям профилактической

	<p>деятельности</p> <p>Выполнение рефератов и защита презентаций</p>
– Умения:	
– оценивать параметры физиологического развития человека в разные возрастные периоды	<p>Наблюдение и оценка демонстрации обучающимися практических умений.</p> <p>Решение задач.</p> <p>Решение заданий в тестовой форме.</p> <p>Выполнение рефератов и защита презентаций</p>
– выявлять проблемы человека в разные возрастные периоды, связанные с дефицитом знаний, умений и навыков в области укрепления здоровья;	<p>Решение 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> <p>Выполнение рефератов и защита презентаций</p>
– обучать население особенностям сохранения и укрепления здоровья в разные возрастные периоды и вопросам планирования семьи	<p>Решение 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> <p>Выполнение рефератов и защита презентаций</p>