

**Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
«Миасский медицинский колледж»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ЗДОРОВЫЙ ЧЕЛОВЕК И ЕГО ОКРУЖЕНИЕ**

**Специальность Лечебное дело**

2018 г.

Рассмотрено на заседании ЦМК ОП  
Лечебное дело  
Протокол № 1 от «31» август 2018 г.  
Председатель ЦМК ОП

Кор В.В.Корниенко

УТВЕРЖДАЮ:  
Зам. Директора по УВР

Плюсина Ю.Б. Плюсина

«31» 08 2018 г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) среднего профессионального образования по специальности Лечебное дело /квалификация фельдшер.

**Организация-разработчик:**

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Миасский медицинский колледж»

**Разработчик:**

Галимжанова Л.Д. – преподаватель спецдисциплин ГБПОУ «Миасский медицинский колледж» первой квалификационной категории

**Рецензенты:**

Шульц В.Л. – врач-терапевт, директор ГБПОУ «Миасский медицинский колледж»

## СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
<b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	7
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	8
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	11
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	15

# **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **1.1. Область применения программы**

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС среднего профессионального образования по специальности Лечебное дело / квалификация фельдшер.

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

Дисциплина входит в состав профессионального учебного цикла общепрофессиональных дисциплин (углубленная подготовка) основной профессиональной образовательной программы по специальности Лечебное дело

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен

### **уметь:**

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

### **знать:**

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

- анатомио-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.

### **Формируемые общие компетенции:**

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.

**Формируемые профессиональные компетенции:**

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. Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося 225 часов, в том числе:

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>	<b>225</b>
<b>обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>150</b>
в том числе:	
теоретические занятия	50
лабораторные работы	
практические занятия	100
контрольные работы	
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>75</b>
в том числе:	
Составление реферативных сообщений	
Составление планов – бесед и рекомендаций для населения различных возрастных групп	
Составление презентации	
<b>Промежуточная аттестация в форме экзамена</b>	



## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
<b>Введение</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	1	
	Содержание понятий: «здоровье», «образ жизни», «качество жизни».		2
	Периоды жизнедеятельности человека.		2
	Универсальные потребности человека.		2
	«Кодексы здоровья и долголетия».		2
<b>Раздел 1. Здоровье детей</b>		<b>93</b>	
<b>Тема 1.1.</b> Периоды детского возраста. Формирование здоровья ребенка в антенатальном периоде	<b>Содержание учебного материала</b>	1	
	1. Классификация периодов детского возраста. Антенатальный период		2
	2. Факторы, влияющие на рост и развитие плода.		2
	3. Понятие об антенатальной охране плода, значение дородовых патронажей. Особенности питания беременной женщины, режима дня.		2
	<b>Лабораторные работы</b>		
	<b>Практические занятия</b>	6	
	1. Определение планов дородовых патронажей.		
	2. Составление плана беседы с беременной с целью выявления генетического, биологического риска		
	3. Составление памятки по режиму дня и питания беременной женщины		
	4. Составление памятки с рекомендациями по организации комнаты новорожденного и приобретению необходимых предметов		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	6	
1. Подготовка реферативных сообщений на темы: «Влияние алкоголя на плод»; «Влияние никотина на плод»			
<b>Тема 1. 2.</b> Формирование здоровья ребенка в неонатальном периоде	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	1. Особенности неонатального периода, адаптация новорожденного (к изменениям условий окружающей среды, к изменениям в организме новорожденного).		2
	2. Оценка по шкале Апгар. Понятие о первичном туалете новорожденного.		2
	3. Признаки морфологической зрелости доношенного.		2

	4.	Признаки функциональной зрелости доношенного.		2
	5.	Сроки первого прикладывания к груди, значение раннего прикладывания.		2
	6.	Физиологические (пограничные) состояния новорожденного.		2
	7.	Вакцинация здорового новорожденного.		2
	<b>Лабораторные работы</b>			
	<b>Практическое занятие</b>		6	
	1.	Ознакомление с основными потребностями новорожденного и способами их удовлетворения.		
	2.	Овладение основными навыками осмотра новорожденного.		
	3.	Овладение навыками ежедневного ухода за новорожденными.		
	4.	Обучение матери прикладыванию к груди и кормления новорожденного.		
	5.	Ознакомление с правилами вакцинации новорожденного против гепатит В и против туберкулеза		
	6.	Ознакомление с правилами санитарно - гигиенического и противоэпидемического режимов в физиологическом отделении новорожденных. Требования к персоналу.		
	7.	Выявление проблем, связанных с дефицитом знаний и умений родителей в области укрепления здоровья ребенка		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		6	
	1.	Составление плана патронажа к новорожденному ребенку.		
	2.	Составление памяток для родителей по уходу за кожей, пупочной ранкой новорожденного.		
	3.	Составление плана - беседы по физическому воспитанию новорожденного, организации прогулок.		
<b>Тема 1.3.</b> Формирование здоровья ребенка в периоде грудного возраста.	<b>Содержание учебного материала</b>		8	
	1.	АФО органов и систем (кожи, п/к клетчатки, костно – мышечной системы, дыхания, сердечно – сосудистой).		2
	2.	Физическое развитие ребенка грудного возраста.		2
	3.	Сроки и порядок прорезывания молочных зубов.		2
	4.	АФО нервной системы, показатели нервно – психического развития младенцев.		2
	5.	АФО органов пищеварения детей грудного возраста.		2
	6.	Грудное вскармливание, его преимущества и значение для здоровья детей.		2
	7.			2

8.	Значение, сроки и правила введения прикормов.		2
9.	Питание, режим и гигиена кормящей матери.		2
10	Гипогалактия, ее причины, способы стимуляции лактации, профилактика.		2
11	Смешанное вскармливание, понятие о докорме. Искусственное вскармливание, виды молочных смесей.		2
12	Основные универсальные потребности ребенка периода младенчества.		2
<b>Лабораторные работы</b>			
<b>Практические занятия</b>		12	
1.	Овладение навыками антропометрических измерений, оценка физического развития младенцев.		
2.	Ознакомление с психометрией.		
3.	Составление плана рекомендаций по удовлетворению основных универсальных потребностей ребенка грудного возраста.		
4.	Составление рекомендаций по физическому воспитанию, закаливанию грудных детей.		
5.	Составление рекомендаций по устранению факторов риска окружающей среды грудного ребенка.		
6.	Расчет суточного и разового объема пищи, организации введения прикорма, составление примерного меню для ребенка грудного возраста при разных видах вскармливания.		
7.	Обучение родителей и окружение ребенка правилам и технике кормления детей, оценке адекватности питания.		
8.	Составление рекомендаций по режиму дня, выбору игрушек и игровых занятий для детей грудного возраста.		
9.	Овладение навыками санитарно-просветительной работы по профилактике инфекционных заболеваний (знакомство с календарем профилактических прививок детей первого года жизни)		
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		8	
1.	Составление планов патронажей к грудным детям разного возраста.		
2.	Составление памятки по особенностям питания кормящей матери.		
3.	Составление плана беседы о значении грудного вскармливания для здоровья ребенка.		
	Составление плана - беседы по физическому воспитанию новорожденного, организации прогулок, о значении грудного вскармливания для здоровья детей.		
4.	Решение задач по физическому развитию детей.		

	5.	Составление плана беседы по режиму дня, выбору игрушек и игровых занятий для детей грудного возраста.		
	6.	Составление рекомендаций по профилактике инфекционных заболеваний		
<b>Тема 1. 4.</b> Формирование здоровья ребенка в раннем и дошкольном возрасте	<b>Содержание учебного материала</b>		2	
	1.	АФО основных органов и систем (кожи, костно – мышечной системы, сердечно – сосудистой системы, органов дыхания) детей в раннем и дошкольном возрасте.		2
	2.	Физическое развитие детей раннего и дошкольного возраста.		2
	3.	Особенности и показатели нервно – психического, социального развития. Значение режима дня.		2
	4.	Факторы риска, угрожающие жизни и здоровью детей, характерные заболевания детей раннего и дошкольного возраста.		2
	5.	Особенности питания детей старше года.		2
	6.	Универсальные потребности ребенка преддошкольного и дошкольного возраста.		2
	<b>Лабораторные работы</b>			
	<b>Практические занятия</b>		6	
	1.	Проведение антропометрических измерений, знакомство с методикой оценки физического развития по центральных таблицам, эмпирическим формулам.		
	2.	Составление рекомендаций по режиму дня, выбору игрушек и игровых занятий для детей раннего и дошкольного возраста.		
	3.	Выявление проблем, связанных с дефицитом знаний, умений и навыков в области укрепления здоровья.		
	4.	Составление рекомендаций по обеспечению удовлетворения универсальных потребностей детей в раннем и дошкольном возрасте.		
	5.	Составление рекомендаций о правилах питания детей дошкольного возраста.		
	6.	Составление рекомендаций для родителей по адаптации ребенка в детском дошкольном учреждении (ДДУ).		
	7.	Составление рекомендаций для родителей для родителей по правилам физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		4	
1.	Подготовка реферата о значении физического воспитания и методах закаливания детей в раннем и дошкольном возрасте.			
2.	Составление рекомендаций для родителей по созданию безопасной среды для ребенка			
	3.	Составление для родителей плана подготовки ребенка в ДДУ и к школе		

<b>Тема 1.5.</b> Формирование здоровья ребенка в младшем школьном возрасте	<b>Содержание учебного материала</b>		2	
	1.	АФО основных органов и систем (кожи, костно – мышечной системы, сердечно – сосудистой системы, органов дыхания) детей младшего школьного возраста.		2
	2.	Особенности физического развития. Факторы, влияющие на состояние здоровья ребенка.		2
	3.	Универсальные потребности и способы их удовлетворения. Возможные проблемы младшего школьного возраста.		2
	4.	Особенности режима питания, режима дня детей младшего школьного возраста. Значение физического воспитания.		2
	<b>Лабораторные работы</b>			
	<b>Практические занятия</b>			
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>			
<b>Тема 1.6.</b> Формирование здоровья ребенка в старшем школьном возрасте.	<b>Содержание учебного материала</b>		2	
	1.	АФО основных органов и систем детей старшего школьного возраста.		2
	2.	Физическое, половое, нервно – психическое и социальное развитие.		2
	3.	Универсальные потребности подростка и способы их удовлетворения.		2
	4.	Факторы риска в подростковом возрасте.		2
	<b>Лабораторные работы</b>			
	<b>Практические занятия</b>		8	
	1.	Проведение антропометрических измерений, оценка физического развития.		
	2.	Ознакомление с методикой оценки полового развития подростков.		
	3.	Обучение родителей выявлению факторов риска, влияющих на здоровье подростков.		
	4.	Помощь подростку и его родителям в ситуациях повышенного риска		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		6	
	1.	Подготовка реферативного сообщения «Проблемы подросткового возраста»		
2.	Составление рекомендаций для подростков по личной гигиене, по режиму дня, правильного питания			
3.	Составление плана – беседы о вреде алкоголя, табакокурения.			
<b>Тема 1.7.</b> Диспансеризация здоровых детей. Комплексная	<b>Содержание учебного материала</b>		2	
	1.	Диспансеризация здоровых детей.		2
	2.	Декретированные сроки наблюдения детей различного возраста.		2
	3.	Составляющие разделы комплексной оценки здоровья.		2

оценка здоровья.	4.	Критерии здоровья (определяющие и характеризующие)		2
	5.	Группы здоровья.		2
	<b>Лабораторные работы</b>			
	<b>Практическое занятие</b>		6	
	1.	Ознакомление с методикой комплексной оценки здоровья детей		
	2.	Ознакомление с исследованием критериев, определяющих и характеризующих здоровье		
	3.	Определение группы здоровья.		
	4.	Разработка рекомендаций в соответствии с группой (первой и второй) здоровья		
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>				
<b>Раздел 2. Здоровье мужчины и женщины зрелого возраста.</b>			<b>94</b>	
<b>Тема 2.1. Репродуктивное здоровье мужчины и женщины зрелого возраста.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		2	
	1.	Определение «репродуктивное здоровье», «репродуктивная система», «половое здоровье», «воспроизводство». Современные способы воспроизводства населения.		2
	2.	АФО репродуктивной системы мужчины и женщины в зрелом возрасте.		2
	<b>Лабораторные работы</b>			
	<b>Практическое занятие</b>			
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>			
<b>Тема 2.2. Факторы, определяющие репродуктивное здоровье мужчины и женщины</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		2	
	1.	Факторы, влияющие на репродуктивное здоровье мужчины и женщины		2
	2.	Меры профилактики нарушений репродуктивного здоровья.		2
	<b>Лабораторные работы</b>			
	<b>Практические занятия</b>		8	
	1.	Определение анатомо-физиологических особенностей репродуктивной системы мужчины и женщины		
	2.	Выявление факторов, влияющих неблагоприятно на менструальный цикл, овогенез, сперматогенез, фертильность.		

	3.	Выявление проблем, обусловленных дефицитом знаний и умений в области укрепления репродуктивного здоровья.		
	4.	Ознакомление с « Кодексом здоровья и долголетия. Женское здоровье»		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		5	
	1.	Подготовка реферативных сообщений: «Физиология мужской репродуктивной системы», « Физиология женской репродуктивной системы», « Гигиена половых органов», «Гигиена половой жизни».		
	2.	Разработка рекомендаций по сохранению и укреплению репродуктивного здоровья		
	3.	Составление рекомендаций по гигиене половых органов.		
<b>Тема 2. 3.</b> Значение семьи в жизни человека.	<b>Содержание учебного материала</b>		2	
	1.	Семья: определение, типы, структура, функции и стадии развития.		2
	2.	Роль семьи в формировании здоровья человека.		2
	<b>Лабораторные работы</b>			
	<b>Практическое занятие</b>			
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>			
<b>Тема 2. 4.</b> Планирование семьи.	<b>Содержание учебного материала</b>		2	
	1.	Цель и задачи планирования семьи		2
	2.	Современные методы контрацепции.		2
	<b>Лабораторные работы</b>			
	<b>Практическое занятие</b>		6	
	1.	Выявление проблем населения, связанных с дефицитом знаний, умений, навыков в области планирования семьи		
	2.	Ознакомление с современными методами контрацепции.		
	3.	Планирование мероприятий по профилактике нежелательной беременности.		
	4.	Отработка навыков проведения бесед о современных методах контрацепции.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		5	
1.	Подготовка рефератных сообщений : «Аборт и его последствия», «Последствия ранней половой жизни».			
2.	Составление беседы по профилактике нежелательной беременности.			
	3.	Составление слайд- презентаций по видам контрацепции.		
<b>Тема 2.5</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		2	

Формирование здоровья женщины во время беременности.	1.	АФО и психологические особенности женщины в период беременности.		2	
	2.	Факторы, неблагоприятно влияющие на течение беременности.		2	
	3.	Гигиена и питание беременной.		2	
	<b>Лабораторные работы</b>				
	<b>Практическое занятие</b>		6		
	1.	Выявление проблем женщины в связи с дефицитом знаний, умений, навыков в области сохранения и укрепления ее здоровья в период беременности			
	2.	Отработка навыков обучения членов семьи поддержке женщины и сохранению ее здоровья в период беременности.			
	3.	Отработка навыков проведения бесед об особенностях гигиены во время беременности.			
	4.	Ознакомление с «Кодексом здоровья и долголетия. Беременность и роды».			
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		5		
1.	Составление презентаций по теме на выбор: «Питание беременной», «Гигиена беременной».				
2.	Составление рекомендаций по правилам питания, физической активности во время беременности				
Тема 2. 6. Формирование здоровья женщины в родах и послеродовом периоде	<b>Содержание учебного материала</b>		2		
	1.	АФО и психологические особенности женщины в послеродовом периоде.			2
	2.	Гигиена и питание родильницы.			2
	3.	Факторы, неблагоприятно влияющие на здоровье женщины в послеродовом периоде.	2		
	<b>Лабораторные работы</b>				
	<b>Практические занятия</b>		6		
	1.	Выявление проблем женщины в связи с дефицитом знаний, умений, навыков в области сохранения и укрепления ее здоровья в послеродовом периоде.			
	2.	Отработка навыков немедикаментозного обезболивания родов.			
	3.	Отработка навыков обучения членов семьи поддержке женщины и сохранению ее здоровья в послеродовом периоде			
	4.	Отработка навыков проведения бесед об особенностях питания и гигиены в послеродовом периоде.			
5.	Отработка навыков проведения бесед о методах контрацепции в послеродовом периоде.				
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		6			



	1.	Подготовка презентаций на темы: « Особенности питания в послеродовом периоде», «Особенности гигиены в послеродовом периоде», «Послеродовая контрацепция».		
	2.	Составление рекомендаций для женщин по правилам питания, гигиены, физической активности в послеродовом периоде		
	3.	Подготовка реферативного сообщения на тему: «Послеродовая контрацепция».		
<b>Тема 2. 7.</b> Значение семьи в жизни женщины	<b>Содержание учебного материала</b>		2	
	1.	Роль семьи в поддержании качества жизни беременной.		2
	2.	Роль мужа в формировании здоровья женщины в послеродовом периоде.		2
	<b>Лабораторные работы</b>			
	<b>Практические занятия</b>			
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>				
<b>Тема 2. 8.</b> Здоровье и образ жизни мужчины и женщины в зрелом возрасте	<b>Содержание учебного материала</b>		2	
	1.	Особенности образа жизни мужчины и женщины в зрелом возрасте.		2
	2.	Поведенческие факторы риска: табакокурения, алкоголь, наркомания, гиподинамия, информационная перегруженность, стрессы.		2
	<b>Лабораторные работы</b>			
	<b>Практические занятия</b>		6	
	1.	Выявление особенностей удовлетворения универсальных потребностей мужчины и женщины.		
	2.	Определение факторов риска развития заболеваний у мужчин и женщин в зрелом возрасте		
	3.	Планирование мероприятий по сохранению и укреплению здоровья в зрелом возрасте.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		3	
	1.	Подготовка реферативных сообщений на тему: «Современные методы оздоровления».		
2.	Подготовка доклада на темы: «Закаливание», «Принципы составление утренней гигиенической гимнастики».			
<b>Тема 2.9</b> Формирование здоровья мужчины и женщины в	<b>Содержание учебного материала</b>		2	
	1.	Методы оценки параметров состояния здоровья и физического развития человека в зрелом возрасте.		2
	2.	Методы сохранения и укрепления здоровья мужчины и женщины в зрелом возрасте.		2
<b>Лабораторные работы</b>				

зрелом возрасте	<b>Практические занятия</b>		6		
	1.	Выявление проблем мужчин и женщин в зрелом возрасте, связанных с дефицитом знаний, умений, навыков в области укрепления и сохранения здоровья.			
	2.	Оценка параметров развития и уровня здоровья в зрелом возрасте			
	3.	Отработка навыков проведения бесед о здоровом образе жизни в зрелом возрасте			
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b>		2		
1.	Составление рекомендаций (слайд - презентаций) по формированию ЗОЖ в зрелом возрасте.				
Тема 2. 10. Особенности здоровья мужчины и женщины в переходном периоде	<b>Содержание учебного материала</b>		2		
	1.	Особенности репродуктивной системы мужчины и женщины в переходный период.			2
	2.	Факторы, влияющие на возникновение и течение климакса.			2
	3.	Изменение жизненно – важных потребностей в переходном периоде, особенности их удовлетворения.		2	
	4.	Значение здорового образа жизни в климактерическом периоде.	2		
	<b>Лабораторные работы</b>				
	<b>Практические занятия</b>		6		
	1.	Выявление анатомо-физиологических особенностей (АФО) человека в переходный период.			
	2.	Выявление факторов, неблагоприятно влияющих на течение климакса.			
	3.	Планирование мероприятий по сохранению и укреплению соматического и репродуктивного здоровья.			
	4.	Планирование мероприятий по подготовке мужчин и женщин зрелого возраста к изменениям, возникающим в переходный период.			
	5.	Отработка навыков по обучению населения сохранению и укреплению здоровья в переходный период			
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		4		
1.	Подготовка докладов на выбор по теме: «Особенности течения мужского климакса»; «Особенности течения женского климакса»; «Роль семьи в поддержании здоровья мужчины и женщины в переходный период»; «Профилактика патологического (осложненного) течения переходного периода у мужчины и женщины».				
2.	Составление рекомендаций по сохранению и укреплению здоровья мужчины и женщины в переходный период.				

<b>Раздел 3. Здоровье человека пожилого возраста.</b>			<b>37</b>	
<b>Тема 3. 1. Основы геронтологии</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>2</b>	
	1.	Основные понятия «геронтология», «гериатрия», «старость», «старение», «биологический возраст», «календарный возраст», «витаукт»		2
	2.	Виды, теории старения и развития возрастной патологии.		2
	3.	Особенности универсальных потребностей в пожилом и старческом возрасте.	2	
	<b>Лабораторные работы</b>			
	<b>Практические занятия</b>			
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>2</b>	
1	Составление кроссворда с использованием терминов, понятий.			
<b>Тема 3. 2. Анатомо- физиологические особенности лиц пожилого и старческого возраста.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>2</b>	
	1.	Анатомо – физиологические особенности: дыхательной, сердечно – сосудистой, пищеварительной, мочевыделительной, эндокринной, системы крови, опорно – двигательного аппарата.		2
	2.	Роль анатомо – физиологических изменений в формировании патологии.	2	
	<b>Лабораторные работы</b>			
	<b>Практические занятия</b>		<b>4</b>	
	1.	Определение анатомо-физиологических потребностей в пожилом и старческих возрасте.		
	2.	Выявление особенностей удовлетворения физиологических потребностей в пожилом и старческом возрасте.		
	3.	Определение « биологического возраста».		
	4.	Выявление факторов, влияющих на процесс старения организма и формирование болезней.		
	5.	Ознакомление с «Кодексом здоровья и долголетия. Старшая возрастная группа».		
	6.	Отработка навыков обучения населения профилактике преждевременного старения и заболеваний в пожилом и старческом возрасте.		
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>4</b>		
1.	Подготовка реферативных сообщений по одной из тем: « Рациональное питание в			

		пожилом возрасте», « Роль ЗОЖ в профилактике старения», «Профилактика преждевременного старения как средство предупреждения развития различных заболеваний», «Двигательная активность в пожилом возрасте».		
	2.	Составление рекомендаций по немедикаментозным средствам профилактики старения и заболеваний различных органов и систем в пожилом возрасте.		
<b>Тема 3.3.</b> Нервно - психические особенности пожилого человека	<b>Содержание учебного материала</b>		2	
	1.	Возрастные изменения нервной системы и органов чувств в пожилом возрасте.		2
	2.	Психологические особенности лиц пожилого и старческого возраста.		2
	<b>Лабораторные работы</b>			
	<b>Практические занятия</b>			
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>			
<b>Тема 3. 4.</b> Особенности общения с пожилым человеком	<b>Содержание учебного материала</b>		2	
	1.	Особенности удовлетворения потребности общения в пожилом возрасте с учетом психологических особенностей возраста.		2
	<b>Лабораторные работы</b>			
	<b>Практическое занятие</b>		4	
	1.	Выявление особенностей психики и определение проблем, характерных для лиц пожилого и старческого возраста		
	2.	Определение проблем пожилых людей и их окружения, обусловленных возрастными изменениями психики.		
	3.	Отработка навыков обучения семьи профилактике и решению проблем, обусловленных изменениями психики родственников пожилого и старческого возраста.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		4	
	1.	Разработка рекомендаций для пожилого человека по сохранению и укреплению памяти.		
	2.	Составление рекомендаций для членов семьи по правилам поведения и общения с пожилым родственником.		
	3.	Подготовка реферативного сообщения « Роль общения в жизни пожилого человека».		
<b>Тема 3.5</b> Медико - социальные проблемы лиц	<b>Содержание учебного материала</b>		2	
	1.	Основные факторы риска развития болезней в пожилом и старческом возрасте.		2
	2.	Значение семьи в жизни пожилого человека.		2
	3.	Возможные проблемы пожилого пациента, обусловленные возрастными изменениями		2

пожилого и старческого возраста		организма, дефицитом знаний, умений и навыков в области укрепления здоровья. Пути решения.		
	4.	Возможные проблемы пожилого пациента, обусловленные дефицитом знаний в области социальной помощи людям пожилого и старческого возраста. Пути решения.		2
	<b>Лабораторные работы</b>			
	<b>Практическое занятие</b>		4	
	1.	Выявление и определение вариантов решения медико - социальных проблем пожилого пациента		
	2.	Планирование мероприятий по укреплению здоровья в пожилом возрасте.		
	3.	Отработка навыков обучения населения мерам профилактики старения и укреплению здоровья.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		5	
	1.	Составление рекомендаций по профилактике бытового травматизма в пожилом возрасте и рациональной организации быта пожилого человека.		
	2.	Подготовка реферативного сообщения по теме: «Профилактика пенсионной болезни», «Активная старость», «Качество жизни пожилого человека в современном обществе».		
<b>Всего</b>		<b>225</b>		

Для характеристики уровня освоения учебного материала используют 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 УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Требование к материально – техническому обеспечению**

Для реализации программы дисциплины имеется учебный кабинет «Здоровый человек и его окружение»

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

- стол для преподавателя (1)
- стул для преподавателя (1)
- столы для студентов (6)
- стулья для студентов (12)
- классная доска (1)
- шкаф для хранения учебно – наглядных пособий (1)
- шкаф для книг (1)
- весы горизонтальные для измерения массы тела(1)
- ростомер горизонтальный для измерения роста детей (1)
- пеленальный стол (1)
- средства ухода и одежда для детей первых месяцев жизни
- сантиметровая лента (3)
- фантомы (куклы) (6)
- презентации

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

- компьютер
- мультимедийная установка
- DVD- проигрыватель

#### **3.2. Информированное обеспечение обучения.**

##### **Основные источники:**

1. Крюкова Д.А. Здоровый человек и его окружение: учеб.пособие / Д.А. Крюкова, Л.А. Лысак, О.В. Фурса; под ред. Б.В. Кабарухина. – Изд. 17 – е.- Ростов н/Дону : Феникс, 2017. – 474 с.

### **Дополнительные источники:**

1. Быковская Т.Ю. Проведение профилактических мероприятий / Т.Ю. Быковская [и др.]; под. ред. к. м. н. Б.В. Кабарухина .- Изд. 4 – е. – Ростов н/Д : Феникс, 2017. – 254 с.
2. Конституция Российской Федерации
3. Национальный проект «Здоровье»
4. Приказ МЗ РФ от 21.03.2014 г. № 125н «Об утверждении национального календаря профилактических прививок и календаря профилактических прививок по эпидемическим показаниям » (с изм. и доп. от 16.06. 2016 г)
5. Приказ МЗ РФ от 30.09.2015 г. № 383 н «Об утверждении порядка организации осуществления профилактики неинфекционных заболеваний и проведения мероприятий по формированию здорового образа жизни в медицинских организациях» .
6. Приказ МЗ РФ от 06.12.2012 г. № 1344 н «Об утверждении порядка проведения диспансерного наблюдения».
7. Приказ МЗ РФ от 03.02.2016 г. № 36ан «об утверждении порядка проведения диспансеризации определенных групп взрослого населения» (с изм.и доп.от 09.12. 2016 г)
8. Пузин С. Н. Медико – социальная деятельность. – М. – ГЭОТАР – Медиа, 2017 .- 416 с.
9. Рубан Э.Д. сестринское дело в системе первичной медико – санитарной помощи: учебное пособие / Э.Д. Рубан. - Ростов н/Д : Феникс, 2018. – 334 с.
- 10.Славянова И.К. Сестринский уход в акушерстве и гинекологии : учебное пособие / И.К. Славянова. - Ростов н/Д : Феникс, 2018. – 395 с.
- 11.Славянова И.К. Акушерство и гинекология: учебное пособие / И.К. Славянова. - Ростов н/Д : Феникс, 2018. – 573с .
- 12.Соколова Н.Г. Сестринский уход за новорожденным : учебное пособие / Н.Г. Соколова. - Ростов н/Д : Феникс, 2017. – 252с.
- 13.Смолева Э.В. Терапия с курсом первичной медико-санитарной помощи / Э.В. Смолева , Е.Л. Аподиакос . – Ростов н/Д : Феникс 2018. – 652с.
- 14.Тульчинская В.Д. Сестринский уход в педиатрии : учебное пособие / В.Д. Тульчинская, Н.Г. Соколова. - Ростов н/Д : Феникс, 2018. – 446 с.
- 15.Федеральный закон от 21 ноября 2011 г. N 323-ФЗ "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации".

16.Филатова С.А. Сестринский уход в гериатрии : учебное пособие / С.А. Филатова. - Изд. 2 – е. - Ростов н/Д: Феникс, 2017. – 494 с.

### **Интернет - ресурсы:**

- 1.[http: // allmedbuk. ru](http://allmedbuk.ru) – электронная медицинская библиотека. На сайте размещены учебные медицинские фильмы, медицинские книги и методические пособия.
2. [http: // doctorspb. ru](http://doctorspb.ru) – информационно – справочный портал о медицине, здоровье. На сайте размещены учебные медицинские фильмы, медицинские книги и методические пособия.
- 3.[http: // libopen. ru](http://libopen.ru) - медицинская библиотека libOPEN.ru содержит и регулярно пополняется профессиональными интернет – ресурсами для врачей, добавляются образовательные материалы для студентов.
4. [http: // pediatr – russia. ru](http://pediatr-russia.ru) – научная библиотека, обучение. Уход за малышом.
5. [http: // www. chado. Ru](http://www.chado.ru) – подборки статей по педиатрии, ежедневные новости.
6. [http: // www. consultant. ru](http://www.consultant.ru) Система «Консультант» - законодательство РФ: кодексы, законы, указы, постановления Правительства РФ, нормативные акты.
7. [http: // www.garant. ru](http://www.garant.ru) Система «ГАРАНТ» - компьютерная правовая система, которая содержит нормативные документы, поддерживает их в актуальном состоянии и помогает использовать правовую информацию в интересах вашего предприятия.
8. [http: // www. minobr 74. ru](http://www.minobr74.ru) Министерство образования и науки Челябинской области.
9. [http: // www. minzdravsoc. ru](http://www.minzdravsoc.ru) Министерство здравоохранения социального развития РФ.
10. [http: // www.zdrav 74. ru](http://www.zdrav74.ru) Министерство здравоохранения Челябинской области.



## 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

**Контроль и оценка** результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий тестирования, а так же выполнения обучающимися внеаудиторной самостоятельной работы

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<b>Обучающийся должен уметь:</b>	
<p>- Оценивать параметры физиологического развития человека в разные возрастные периоды;</p>	<p>Текущий контроль в форме:                      -экспертной оценки на практическом занятии;                      -выполнение практических действий по оценке параметров физиологического развития;                      - решение ситуационных задач.</p>
<p>- Выявлять проблемы человека в разные возрастные периоды, связанные с дефицитом знаний, умений и навыков в области укрепления здоровья.</p>	<p>Текущий контроль в форме:                      -экспертной оценки на практическом занятии;                      - экспертной оценке результатов самостоятельной подготовки по созданию презентаций, написания рефератов, бесед и др.;;                      -выполнение практических действий;                      - выступление с беседами по вопросам укрепления здоровья в разные возрастные периоды и вопросам планирования семьи в школах, лечебно – профилактических учреждениях, учебных группах.</p>
<p>- Обучать население особенностям сохранения и укрепления здоровья в разные возрастные периоды и вопросам планирования семьи.</p>	<p>Текущий контроль в форме:                      -экспертной оценки на практическом занятии;                      - тестового контроля с применением компьютерных технологий на тему: «Планирование семьи»;                      - экспертной оценке результатов                      -выполнение практических действий по составлению текста бесед на темы укрепления здоровья в разные возрастные периоды и вопросам планирования семьи;                      - выступление с беседами по вопросам укрепления здоровья в разные возрастные периоды и вопросам планирования семьи в школах, лечебно – профилактических учреждениях, учебных группах.</p>
<b>Обучающийся должен знать:</b>	

<p>- Содержание понятий «здоровье», «качество жизни», «факторы риска болезни»</p>	<p>Текущий контроль в форме:          -экспертной оценки на практическом занятии;          - тестового контроля с применением компьютерных технологий;          - экспертной оценке результатов самостоятельной подготовки по созданию презентаций, написания рефератов, бесед и др.;</p>
<p>- Основные факторы риска развития болезней в разные возрастные периоды;</p>	<p>Текущий контроль в форме:          -экспертной оценки на практическом занятии;          - тестового контроля с применением компьютерных технологий на тему «Факторы риска болезней»;          - экспертной оценке результатов самостоятельной подготовки по созданию презентаций, написания рефератов, бесед и др.;</p>
<p>- Периоды жизнедеятельности человека;</p>	<p>Текущий контроль в форме:          -экспертной оценки на практическом занятии;          - тестового контроля с применением компьютерных технологий на тему «Периоды жизнедеятельности человека»;          - экспертной оценке результатов самостоятельной подготовки по созданию презентаций, написания рефератов, бесед и др.;</p>
<p>- Анатомию – физиологические и психологические особенности человека.</p>	<p>Текущий контроль в форме:          -экспертной оценки на практическом занятии;          - тестового контроля с применением компьютерных технологий на тему «Анатомия – физиологические особенности человека »;          - экспертной оценке результатов самостоятельной подготовки по созданию презентаций, написания рефератов, бесед и др.;</p>
<p>- Основные закономерности и правила физического, нервно – психического и социального развития.</p>	<p>Текущий контроль в форме:          -экспертной оценки на практическом занятии;          - тестового контроля с применением компьютерных технологий на тему: «Периоды жизнедеятельности человека»;          - экспертной оценке результатов самостоятельной подготовки по созданию презентаций, написания рефератов, бесед и др.;</p>
<p>- Универсальные потребности человека в</p>	<p>Текущий контроль в форме:</p>

<p>разные возрастные периоды.</p>	<p>-экспертной оценки на практическом занятии;          - тестового контроля с применением компьютерных технологий на тему: «Универсальные потребности человека в разные возрастные периоды»;          - экспертной оценке результатов самостоятельной подготовки по созданию презентаций, написания рефератов, бесед и др.;</p>
<p>- Значение семьи в жизни человека.</p>	<p>Текущий контроль в форме:          -экспертной оценки на практическом занятии;          - экспертной оценке результатов самостоятельной подготовки по созданию презентаций, написания рефератов, бесед и др.;</p> <p><b>Итоговый контроль:</b> экзамен за курс обучения</p>

