

**Автономная некоммерческая профессиональная образовательная организация  
"Академия технологии и управления"  
(АНПОО «Академия технологии и управления»)**



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**учебной дисциплины**  
**ОП.01. ЗДОРОВЫЙ ЧЕЛОВЕК И ЕГО ОКРУЖЕНИЕ**  
для специальности 31.02.01 Лечебное дело

Новочебоксарск, 2021

Разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 31.02.01 Лечебное дело, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 12.05.2014 № 514

Утверждена в составе ППСЗ по специальности 31.02.01 Лечебное дело

Организация - разработчик: АНПОО «Академия технологии и управления»

## **СОДЕРЖАНИЕ**

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14

# **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 федеральным государственным образовательным стандартом по специальности среднего профессионального образования 31.02.01 Лечебное дело, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 12 мая 2014 года № 514, зарегистрированным в Минюсте России от 18.06.2014 рег. № 32673.

**1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** учебная дисциплина ОП.01. Здоровый человек и его окружение – общепрофессиональная дисциплина профессионального учебного цикла.

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен  
**уметь:**

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

**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;

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих общих (ОК) и профессиональных (ПК) 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.

ЛР 17 Соблюдающий врачебную тайну, принципы медицинской этики в работе с пациентами, их законными представителями и коллегами

ЛР 18 Соблюдающий программы государственных гарантий бесплатного оказания гражданам медицинской помощи, нормативные правовые акты в сфере охраны здоровья граждан, регулирующие медицинскую деятельность

ЛР 21 Готовый соответствовать ожиданиям работодателей: проектно мыслящий, эффективно взаимодействующий с членами команды и сотрудничающий с другими людьми, осознанно выполняющий профессиональные требования, ответственный, пунктуальный, дисциплинированный, трудолюбивый, критически мыслящий, нацеленный на достижение поставленных целей; демонстрирующий профессиональную жизнестойкость

#### **1.4. Количество часов на освоение рабочей программы дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося 225 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 150 часов;

самостоятельной работы обучающегося 65 часов;

консультации – 10 часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	225
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	150
в том числе:	
практические занятия	100
<b>Самостоятельная работа студентов (всего)</b>	65
<b>Консультации</b>	10
<b>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</b>	

## 2.2. Тематический план содержания учебной дисциплины ОП.01 Здоровый человек и его окружение

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов
<b>1 семестр</b>		
<b>Раздел 1. Здоровье и качество жизни. Рост и развитие</b>		<b>14</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	4/4
	<b>Практическое занятие</b> Проведение оценки демографической ситуации в России, районе профессиональной деятельности. Выявление и оценка факторов, влияющих на здоровье	2/6 2/8
	<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)	4
<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	2/10
	<b>Практическое занятие</b> Потребности человека в разные возрастные периоды. Определение возраста человека. Изучение потребностей человека. Рост и развитие. Изучение основных закономерностей роста и развития человека в разные возрастные периоды	2/12 2/14
	<b>Самостоятельная работа</b> Определение универсальных потребностей человека. Рефераты на темы, касающиеся теорий развития человека	4
<b>Раздел 2. Здоровье детей</b>		<b>56</b>
<b>Тема 2.1. Внутритрутовый</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	4/18

<b>период и период новорожденности</b>	Внутриутробный период и период новорожденности: закономерности роста и развития человека во внутриутробном периоде. Факторы, влияющие на здоровье плода. Значение дородовых патронажей, их цели и сроки. Основные проблемы периода новорожденности. <b>Период новорожденности (неонатальный), его характеристика.</b> 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	
	<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	2/20 2/22 2/24
	<b>Самостоятельная работа</b> Составление планов патронажей (дородовых; новорожденных) Составление планов обучения уходу за новорожденным. Составление плана беседы по поддержке грудного вскармливания	6
<b>Тема 2.2. Период грудного возраста</b>	<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. <b>Виды вскармливания.</b> 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. <b>Значение физического воспитания, закаливания, массажа для здоровья и развития ребенка первого года жизни.</b> Профилактика детских инфекционных заболеваний у детей периода младенчества. Понятие о вакцинации ребенка первого года жизни	6/30
	<b>Практическое занятие</b>	



	<p>Проведение антропометрических измерений и оценка полученных результатов. Оценка физического и нервно-психического развития детей грудного возраста. Выявление проблем, связанных с дефицитом знаний, умений и навыков в области укрепления здоровья. Составление рекомендаций по закаливанию ребенка.</p> <p>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.</p> <p>Обучение родителей и окружения ребенка принципам создания безопасной окружающей среды</p>	<p>2/32</p> <p>2/34</p> <p>2/36</p> <p>2/38</p> <p>2/40</p> <p>2/42</p> <p>2/44</p>
	<p><b>Самостоятельная работа</b></p> <p>Составление планов обучения организации режима дня и питания.</p> <p>Составление планов обучения поддержанию безопасности ребенка грудного возраста</p>	6
<b>Тема 2.3. Период преддошкольного и дошкольного возраста</b>	<p><b>Содержание учебного материала.</b></p> <p>Анатомо-физиологические особенности, рост и развитие ребенка преддошкольного и дошкольного возраста. Универсальные потребности ребенка преддошкольного и дошкольного возраста и способы их удовлетворения, возможные проблемы.</p> <p>Физическое, нервно-психическое и социальное развитие ребенка преддошкольного и дошкольного возраста.</p> <p><b>Питание ребенка старше 1 года.</b></p> <p>Социальная адаптация ребенка.</p> <p>Подготовка к поступлению в детское дошкольное учреждение и в школу. Факторы риска.</p> <p>Безопасная окружающая среда для детей преддошкольного и дошкольного возраста</p>	4/48
	<p><b>Практическое занятие</b></p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>Обучение родителей и окружения ребенка принципам создания безопасной окружающей среды для детей преддошкольного и дошкольного возраста</p>	<p>2/50</p> <p>2/52</p> <p>2/54</p>
	<p><b>Самостоятельная работа.</b></p> <p>Составление планов обучения организации режима дня и питания.</p> <p>Составление планов обучения поддержанию безопасности ребенка.</p> <p>Составление планов бесед с родителями о подготовке детей к посещению дошкольного учреждения, школы</p>	6
	<b>Содержание учебного материала</b>	2/56

<b>Тема 2.4. Период младшего школьного возраста</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	
	<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	2/58 2/60 2/62
	<b>Самостоятельная работа</b> Составление планов обучения рациональному и адекватному питанию. Составление планов обучения поддержанию адекватной двигательной активности. Составление планов обучения поддержанию безопасности	6
<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	2/64
	<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, 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	2/66 2/68 2/70
	<b>Самостоятельная работа</b> Составление планов обучения рациональному и адекватному питанию. Составление планов обучения поддержанию адекватной двигательной активности.	5

	<p>Составление планов обучения поддержанию безопасности.</p> <p>Составление планов бесед с детьми старшего школьного возраста и их родителями о выборе профессии.</p> <p>Составление планов бесед о профилактике вредных привычек</p>	
<b>Раздел 3. Зрелый возраст</b>		<b>48</b>
<b>Тема 3.1. Период юношеского возраста</b>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p> <p>Анатомо-физиологические, психологические и социальные особенности человека юношеского возраста. Основные потребности, способы их удовлетворения. Возможные проблемы</p>	2/72
	<p><b>Практическое занятие</b></p> <p>Обучение выявлению ситуаций повышенного риска и оказанию поддержки при их развитии. Выявление проблем, связанных с дефицитом знаний, умений и навыков в области укрепления здоровья.</p> <p>Составление рекомендаций по адекватному и рациональному питанию, двигательной активности, правильному режиму дня, принципам создания безопасной окружающей среды, поддержанию здорового образа жизни</p>	<p>2/74</p> <p>2/76</p> <p>2/78</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</p>	2
<b>Тема 3.2. Особенности мужского и женского организмов в зрелом возрасте</b>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p> <p>Анатомо-физиологические, психологические и социальные особенности и различия мужчин и женщин зрелого возраста. Универсальные потребности человека зрелого возраста, способы их удовлетворения. Возможные проблемы.</p> <p>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.</p> <p>Строение и функции мужских половых органов, понятие о сперматогенезе, 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>	2/80
	<p><b>Практическое занятие</b></p> <p>Выявление проблем, связанных с дефицитом знаний, умений и навыков, в области укрепления здоровья мужчины и женщины.</p>	<p>2/82</p> <p>2/84</p> <p>2/86</p>

	Составление рекомендаций по адекватному и рациональному питанию, двигательной активности, правильному режиму дня. Обучение принципам создания безопасной окружающей среды, принципам здорового образа жизни	
	<b>Самостоятельная работа</b> Составление планов обучения рациональному и адекватному питанию. Составление планов обучения поддержанию адекватной двигательной активности. Составление планов обучения поддержанию безопасности.	2
	<b>Консультации</b> Современные принципы контрацепции. Безопасный секс.	2
<b>Тема 3.3. Здоровье семьи</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 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	2/88
	<b>Практические занятия</b> Определение типа семьи. Составление рекомендаций по подготовке к запланированной беременности. Обучение семейной пары правильному использованию отдельных видов контрацепции. Определение факторов риска, влияющих на планирование семьи	2/90 2/92 2/94
	<b>Консультации</b> Влияние семьи на здоровье человека. Планирование семьи. Функции центров планирования семьи.	4
<b>Тема 3.4. Период беременности и родов</b>	<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.	2/96

	<p>Дородовые патронажи.</p> <p>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.</p> <p>Подготовка беременных женщин и их семей к родам - помощь в сознательном подходе к предстоящим проблемам, вселение уверенности в благополучном исходе родов.</p> <p>Понятие о родовом акте. Течение родов: периоды родов, их физиологическая сущность, продолжительность; родовые изгоняющие силы - схватки, потуги.</p> <p>Проблемы здоровой роженицы, роль медицинского работника в решении этих проблем. Предвестники родов</p>	
	<p><b>Практическое занятие</b></p> <p>Алгоритм определения признаков беременности.</p> <p>Определение предполагаемого срока родов. Составление планов дородовых патронажей.</p> <p>Составление рекомендаций беременной женщине по режиму дня, питанию; обучение специальным физическим упражнениям.</p> <p>Обучение беременной основным приемам, способствующим уменьшению болевых ощущений во время родов, правильному поведению во время родов</p>	<p>2/98</p> <p>2/100</p> <p>2/102</p>
	<p><b>Самостоятельная работа</b></p> <p>Составление планов дородовых патронажей.</p> <p>Составление планов обучения питанию, безопасной двигательной активности беременной, занятия в бассейне, со спортивными приспособлениями и тренажерами, выполнение дыхательной гимнастики беременных.</p>	2
	<p><b>Консультации</b></p> <p>Обучение беременной безопасному поведению в быту, при подготовке к родам.</p>	2
<p><b>Тема 3.5.</b></p> <p><b>Послеродовой период</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p> <p>Физиологическая сущность послеродового периода. Основные изменения, происходящие в организме женщины, происходящие в послеродовом периоде. Лактация, принципы ее поддержания.</p> <p>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.</p> <p>Ориентация супружеских пар на грудное вскармливание новорожденных.</p> <p>Психологические проблемы, возникающие в семье при появлении новорожденного, связанные с отцовством, материнством, изменением ролей в семье.</p> <p>Принципы консультирования родильницы по вопросам питания, гигиены, контрацепции, сохранения грудного вскармливания</p>	2/104
	<p><b>Практическое занятие</b></p>	

	<p>Алгоритм работы при нормальных родах и послеродового периоде.</p> <p>Составление рекомендаций для кормящей матери по уходу за молочными железами, питанием, профилактике маститов.</p> <p>Составление плана беседы с супружескими парами по подготовке к родам, грудному вскармливанию.</p>	<p>2/106</p> <p>2/108</p> <p>2/110</p>
	<p><b>Самостоятельная работа</b></p> <p>Составление планов обучения подготовке к грудному вскармливанию.</p> <p>Составление памяток для родильниц по подготовке молочных желез к кормлению, уходу за молочными железами, питанию в послеродовом периоде и в период лактации, сохранению грудного вскармливания.</p> <p>Реферативные сообщения по теме занятия.</p>	2
	<p><b>Консультации</b></p> <p>Значение грудного вскармливания для женщины, новорожденного и семьи.</p>	2
<p><b>Тема</b> <b>3.6. Климактерический период</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p> <p>Понятия «климакс», «климактерический период», «пременопауза», «менопауза», «постменопауза». Основные представления о климактерическом синдроме, факторах риска развития климактерического синдрома и возможности его профилактики.</p> <p>Изменения, происходящие в организме женщины и мужчины в климактерическом периоде. Особенности протекания климактерического периода у женщин и мужчин.</p> <p>Роль медицинского работника в пропаганде здорового образа жизни и охране здоровья пациентов в переходном периоде</p>	2/112
	<p><b>Практическое занятие</b></p> <p>Обучение выявлению факторов, влияющих на патологическое течение климакса. Проблемы человека в климактерическом периоде.</p> <p>Составление рекомендаций женщине и мужчине в климактерическом периоде по режиму дня, питанию, гигиене, поддержанию безопасности</p>	<p>2/114</p> <p>2/116</p> <p>2/118</p>
	<p><b>Самостоятельная работа</b></p> <p>Составление рекомендаций для мужчин и женщин по ведению здорового образа жизни, устранению вредных факторов окружающей среды, способных влиять на появление раннего и патологического климакса.</p> <p>Составление рекомендаций по питанию, режиму дня, гигиене человека в климактерическом периоде</p>	4
<p><b>Раздел 4. Здоровье лиц пожилого и старческого возраста</b></p>		<b>30</b>
<p><b>Тема 4.1. Здоровье лиц пожилого и старческого возраста</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p> <p>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.</p>	2/120

	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	
	<b>Практическое занятие</b> <b>Здоровье лиц пожилого и старческого возраста.</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.	2/122
	<b>Самостоятельная работа</b> Реферативные сообщения по теме занятия.	4
<b>Тема 4.2.</b> <b>Анатомо-физиологические и психологические особенности лиц пожилого и старческого возраста</b>	<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	2/124
	<b>Практическое занятие</b> Дискуссионное обсуждение анатомо-физиологических и психологических аспектов старения Выявление возможных проблем в удовлетворении универсальных потребностей стареющего человека. Составление плана беседы с пациентами преклонного возраста.	2/126 2/128 2/130
	<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	2
	<b>Всего за 1 семестр максимальной учебной нагрузки – 195 часов;</b> <b>обязательной учебной нагрузки – 130 часов;</b> <b>в том числе практических занятий – 90 часов</b> <b>самостоятельна работа обучающегося – 55 часов</b> <b>консультации – 10 часов.</b>	

	<b>2 семестр</b>	
<b>Тема 4.3. Организация социальной помощи населению старших возрастных групп.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 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. Пожилый 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	2/2
	<b>Практическое занятие</b> Дискуссионное обсуждение социальных проблем человека преклонного возраста. Проведение собеседования с пациентом преклонного возраста, определение его социального статуса, выявление сохранности социальных контактов, положения пациента в микросоциуме.	2/4 2/6
	<b>Самостоятельная работа</b> Выполнение самостоятельного «социального» патронажа, оформление отчета в соответствии с планом, с выводами и предложениями. Реферативные сообщения по теме занятия.	4
<b>Тема 4.4. Организация медицинской помощи населению старших возрастных групп.</b>	<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	2/8



	<p>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>	
	<p><b>Практическое занятие</b>  <b>Дискуссионное обсуждение возможностей сестринской службы в удовлетворении универсальных потребностей пожилых пациентов и решении их проблем со здоровьем.</b>  <b>Обеспечение безопасности пожилого пациента в ЛПУ, в том числе особенности раздачи лекарственных средств в геронтологических отделениях</b></p>	<p>2/10 2/12</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>4</p>
<p><b>Тема 4..5.</b>  <b>скусство 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>	<p>2/14</p>

	<p><b>Самостоятельная работа</b></p> <p>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.</p> <p>Составление плана беседы о герокосметологии, геродиететике, рациональной двигательной активности, о вреде курения, приеме алкоголя и т.д.</p> <p>Разработка планов обучения рациональному и адекватному питанию в пожилом возрасте.</p> <p>Составление плана обучения поддержанию оптимальной двигательной активности пожилого человека.</p> <p>Реферативные сообщения по теме занятия.</p>	2
<p><b>Тема 4.6.</b> <b>Медико-социальные и психологические аспекты смерти</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p> <p>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.</p> <p>Констатация смерти. Уход за телом умершего. Похороны у славянских народов России и других народов, населяющих регион. Стадии траура. Общение с пережившими утрату.</p>	2/16
	<p><b>Практическое занятие.</b></p> <p><b>Медико-социальные и психологические аспекты смерти.</b> Дискуссионное обсуждение вопросов, касающихся смерти, этапов умирания, констатации смерти, эмоциональных этапов горевания.</p>	2/18
<b>Дифференцированный зачет</b>		2/20
<p><b>Всего за 2 семестр максимальной учебной нагрузки 30 часов;</b>  <b>обязательной учебной нагрузки- 20 часов;</b>  <b>в том числе практических занятий – 10 часов;</b>  <b>самостоятельной работы обучающегося – 10 часов</b></p>		20+10

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

#### **3.1. Материально-техническое обеспечение**

Программа учебной дисциплины реализуется в кабинет здорового человека и его окружения.

Оборудование учебного кабинета:

- рабочие места обучающихся
- рабочее место преподавателя
- классная доска
- компьютер, проектор, экран, средства звуковоспроизведения.
- шкафы для хранения учебно-методического обеспечения дисциплины

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

**Основные источники:**

1. Крюкова Д.А. Здоровый человек и его окружение. Учебное пособие для СПО.- Ростов на Дону «Феникс», 2016. – 474с.

**Дополнительные источники:**

2. Петрушин В.И., Петрушина Н.В. Психология здоровья: [Электронный ресурс]: учебник для СПО. – М.: Юрайт, 2020.- 381с. Режим доступа:

<https://urait.ru/viewer/psihologiya-zdorovya-452446#page/2>

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p><b>уметь:</b></p> <p>оценивать параметры физиологического развития человека в разные возрастные периоды;</p> <p>выявлять проблемы человека в разные возрастные периоды, связанные с дефицитом знаний, умений и навыков в области укрепления здоровья;</p> <p>обучать население особенностям сохранения и укрепления здоровья в разные возрастные периоды и вопросам планирования семьи;</p> <p><b>знать:</b></p> <p>содержание понятий "здоровье", "качество жизни", "факторы риска болезни";</p> <p>основные факторы риска развития болезней в разные возрастные периоды;</p> <p>периоды жизнедеятельности человека</p> <p>анатомо-физиологические и психологические особенности человека;</p> <p>основные закономерности и правила оценки физического, нервно-психического и социального развития;</p> <p>универсальные потребности человека в разные возрастные периоды;</p> <p>значение семьи в жизни человека;</p>	<p>анализирует историческую информацию, в различных сферах экономики, политики, культуры в России и мире</p> <p>определяет взаимосвязь отечественных, региональных мировых социально – экономических, политических и культурных проблем;</p> <p>учувствует в обучении населения особенностям укрепления здоровья в разные возрастные периоды</p> <p>определяет понятия «здоровья», «качество жизни», «факторы риска болезни»</p> <p>выделяет анатомо-физиологические и психологические особенности человека;</p> <p>Знаком с правилами оценки физического, нервного – психического и социального развития</p> <p>выделяет основные потребности человека</p>	<p>Тестирование</p> <p>Устный опрос</p> <p>Оценка выполнения самостоятельной работы</p> <p>Оценка выполнения упражнений</p> <p>Дифференцированный зачет</p>
<p>ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.</p>	<p>правильно объясняет сущность своей будущей профессии с формулированием целей, задач деятельности, функций фельдшера, аргументировано объясняет значимость будущей профессии в жизни общества;</p> <p>наблюдается положительная динамика показателей учебной деятельности;</p> <p>проявляет интерес,</p>	

	самостоятелен, активен при выполнении профессиональных задач; полностью выполняет все виды работ, манипуляций во время прохождения практики; активно участвует в профессиональных конкурсах и мероприятиях, отражающих профессиональную деятельность	внеаудиторной деятельности; оценка выполнения заданий на дифференцированном зачете
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	выбирает средства деятельности и способы деятельности в соответствии с поставленной целью; рационально планирует и организует деятельность в соответствии с профессиональными задачами при постоянном контроле ее выполнения; правильно оценивает качество выполняемых профессиональных задач при оказании сестринских услуг; самостоятельно и эффективно предлагает способы коррекции деятельности в соответствии с целями и производственными возможностями на фоне постоянного самоконтроля, самокоррекции; своевременно предоставляет учебные задания, отчетную документацию, оформленную в соответствии с требованиями	наблюдение и оценка осуществления учебной и профессиональной деятельности обучающегося в процессе освоения программы наблюдение деятельности обучающегося во время внеаудиторной деятельности; оценка выполнения заданий на дифференцированном зачете
ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.	самостоятельно, обоснованно и своевременно принимает решения с оценкой возможных рисков и их последствий в стандартных и нестандартных ситуациях; эффективно контролирует свои действия при реализации вмешательств; эффективно корректирует свои действия и принимает ответственность на основе анализа результатов выполненных вмешательств.	– наблюдение и оценка осуществления учебной и профессиональной деятельности обучающегося в процессе освоения программы – наблюдение деятельности обучающегося во время внеаудиторной деятельности. – оценка выполнения заданий на дифференцированном зачете
ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения возложенных на него	правильно определяет и выбирает источник информации в соответствии с поставленной задачей информационного поиска;	– наблюдение и оценка осуществления учебной и профессиональной деятельности обучающегося в процессе освоения

<p>профессиональных задач, а также для своего профессионального и личностного развития.</p>	<p>эффективно решает задачи деятельности на основе самостоятельного поиска, извлечения и обработки информации в соответствии с задачами информационного поиска;</p> <p>правильно представляет найденную информацию в доступном для других виде в соответствии с поставленными целями;</p> <p>содержательная характеристика выполненных индивидуальных заданий соответствует установленным требованиям</p>	<p>программы;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– оценка выполнения заданий для самостоятельной работы во внеаудиторное время;</li> <li>– оценка результатов выполнения реферативных сообщений и его представления в рамках устной или письменной презентации.</li> </ul>
<p>ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.</p>	<p>правильно оформляет результаты информационного поиска, учебной, профессиональной деятельности с использованием современного компьютерного обеспечения, глобальных информационных ресурсов (Интернет).</p> <p>целесообразно использует ИКТ при решении задач.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– оценка выполнения заданий с использованием ИКТ в ходе учебной и профессиональной деятельности в процессе освоения программы;</li> <li>– оценка выполнения заданий для самостоятельной работы во внеаудиторное время.</li> </ul>
<p>ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.</p>	<p>эффективно планирует и организует работу в команде в условиях различных мнений;</p> <p>проявляет мобильность при быстрой смене выполняемых заданий, рабочего места в целях взаимопомощи, взаимозаменяемости;</p> <p>оптимально выбирает средства коммуникации, формы общения с коллегами, и их окружением на основе принципов этики и деонтологии;</p> <p>эффективно решает задачи группой студентов во время практических занятий и на практике;</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– наблюдение и оценка осуществления учебной деятельности обучающегося в процессе освоения программы;</li> <li>– наблюдение деятельности обучающегося во время внеаудиторной деятельности;</li> <li>– оценка выполнения заданий на дифференцированном зачете</li> </ul>
<p>ОК 7. Брать ответственность за работу членов команды (подчиненных), за результат выполнения заданий.</p>	<p>правильно определяет профессиональные затруднения отдельных членов команды и средства их преодоления;</p> <p>обоснованно выбирает методы контроля за работой членов команды и правильно его осуществляет;</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– наблюдение и оценка осуществления деятельности обучающегося в команде в процессе освоения программы;</li> <li>– наблюдение деятельности обучающегося в команде</li> </ul>

	<p>объективно анализирует работу членов команды и ее результаты при реализации решения;</p> <p>эффективно корректирует работу команды на основе анализа результатов предыдущих операций, условий профессиональной ситуации</p>	во время внеаудиторной деятельности;
<p>ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать и осуществлять повышение своей квалификации.</p>	<p>правильно определяет собственные профессиональные затруднения и средства их преодоления;</p> <p>самостоятельно выбирает тематику индивидуальных заданий при изучении модуля;</p> <p>самостоятельно изучает научно-медицинскую информацию, отечественный и зарубежный опыт по тематике модуля</p>	<p>наблюдение за обучающимися в процессе учебной и внеаудиторной деятельности;</p> <p>оценка выполнения графика выполнения самостоятельной работы обучающегося;</p> <p>оценка выполнения заданий на дифференцированном зачете</p>
<p>ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.</p>	<p>точно и обоснованно определяет цели профессиональной деятельности с учетом ситуации;</p> <p>обоснованно определяет задачи для реализации поставленной цели с учетом ситуации;</p> <p>правильно выбирает оптимальные технологии для реализации целей и задач деятельности с учетом реальной практической ситуации</p>	<p>наблюдение и оценка выполнения мероприятий деятельности в процессе освоения программы;</p> <p>наблюдение деятельности обучающегося во время внеаудиторной деятельности;</p> <p>оценка выполнения заданий на дифференцированном зачете</p>
<p>ОК 10. Бережно относиться к историческому наследию и культурным традициям народа, уважать социальные, культурные и религиозные различия</p>	<p>проявляет толерантность и уважительное отношение к социальному статусу человека с соблюдением этических норм и правил поведения в обществе;</p> <p>проявляет толерантность и уважительное отношение к культурным, религиозным традициям человека с соблюдением этических норм и правил поведения в обществе;</p> <p>проявляет бережное отношение к историческому и культурному наследию.</p>	
<p>ОК 11. Быть готовым брать на себя нравственные обязательства по отношению к природе, обществу, человеку.</p>	<p>берет на себя ответственность и нравственные обязательства по отношению к природе,</p>	

	обществу и человеку.	
ОК 12. Организовывать рабочее место с соблюдением требований охраны труда, производственной санитарии, инфекционной и противопожарной безопасности.	организовывает 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.	ведет здоровый образ жизни, делает зарядку	
ПК 1.1. Планировать обследование пациентов различных возрастных групп.	учувствует в планировании обследования различных групп населения	наблюдение за обучающимися в процессе учебной и внеаудиторной деятельности; оценка выполнения графика выполнения самостоятельной работы обучающегося; оценка выполнения заданий на дифференцированном
ПК 5.1. Осуществлять медицинскую реабилитацию пациентов с различной патологией.	проводит медицинскую реабилитацию пациентов с различной патологией	
ПК 5.2. Проводить психосоциальную реабилитацию.	участвует в проведении психосоциальной реабилитации	
ПК 5.3. Осуществлять паллиативную помощь	осуществляет паллиативную помощь	
ПК 5.6. Оформлять медицинскую документацию.	грамотно и своевременно оформляет медицинские докуметты	