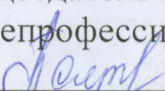


КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«РУБЦОВСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

СОГЛАСОВАНО

Председатель ЦМК  
общепрофессиональных дисциплин  
 Л.Н. Полторацкая

« 31 » августа 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор КГБПОУ «РМК»  
 Е.М. Пономарев

«31» августа 2020 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
«ЗДОРОВЫЙ ЧЕЛОВЕК И ЕГО ОКРУЖЕНИЕ»

ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ 31.02.01  
ЛЕЧЕБНОЕ ДЕЛО

Рубцовск  
2020

Рабочая программа учебной дисциплины **Здоровый человек и его окружение** разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом, утверждённым приказом Министерства образования и науки от 12.05.2014 г. № 502, зарегистрирован в Минюсте РФ 18.06.2014 г. № 32766, а так же на основе рекомендаций Федерального государственного учреждения «Федерального института развития образования» (ФГУ «ФИРО»), по специальности среднего профессионального образования и программой подготовки специалистов среднего звена 31.02.01 Лечебное дело (углубленной подготовки) и примерной программы **Здоровый человек и его окружение**.

**Организация-разработчик:** КГБПОУ «Рубцовский медицинский колледж»

**Разработчики:**

Маслова Татьяна Юрьевна - преподаватель дисциплины «Здоровый человек и его окружение» и ПМ высшей квалификационной категории краевого государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения «Рубцовский медицинский колледж».

Рекомендована Экспертным советом

---

Заключение Экспертного совета № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

## СОДЕРЖАНИЕ

	<b>стр.</b>
1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4- 6
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7- 16
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	17- 19
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	20 - 25

# 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «Здоровый человек и его окружение»

## 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена, составленной в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 31.02.01 Лечебное дело, квалификация фельдшер.

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

Учебная дисциплина «Здоровый человек и его окружение» является частью цикла общепрофессиональных дисциплин ППССЗ по специальности среднего профессионального образования 31.02.01 Лечебное дело.

## 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.

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
- 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.

В результате изучения дисциплины обучающийся должен освоить **общие компетенции**, включающие в себя способность:

- 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 профессиональных целей.

В результате изучения дисциплины обучающийся должен освоить **профессиональные компетенции**, соответствующие основным видам профессиональной деятельности (по углубленной подготовке):

- 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, включая:  
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 140 часов;  
самостоятельной работы – 70 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>
Максимальная учебная нагрузка (всего)	210
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	140
в том числе:	
теоретические занятия	40
практические занятия	100
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	70
работа с учебником, составление конспекта работа с дополнительной литературой, подготовка рефератов, составление, решение ситуационных задач, тестовых заданий, разработка мультимедийных презентаций, составление словаря медицинских терминов, таблиц.	
Итоговая аттестация в форме <b>дифференцированного зачета</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.	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>Раздел 1. Здоровый ребенок</b>  <b>Тема 1.1.</b> Периоды детского возраста. Антенатальный и неонатальный периоды	Содержание учебного материала	79	
	1. Периоды жизнедеятельности человека. 2. Основные потребности человека в различные периоды жизни. 3. Характеристика антенатального и неонатального периодов.	9	1 1 1
	Практическое занятие: 1. Выявление факторов, влияющих на эмбриональное развитие, здоровье плода. 2. Выявление проблем, связанных с дефицитом знаний, умений и навыков, в области укрепления здоровья.	5	
	Самостоятельная работа 1. Работа с дополнительной литературой, составление конспекта в рабочей тетради. 2. Решение ситуационных задач. Составление словаря медицинских терминов. 3. Подготовка рефератов на темы, касающиеся теорий развития человека. 4. Составление планов патронажей (дородовых; новорожденных).	2	
<b>Тема 1.2</b> Период новорожденности	Содержание учебного материала	14	
	1. Анатомо-физиологические особенности органов и систем новорожденного ребенка, признаки доношенного новорожденного. Признаки и степени недоношенности. 2. Пограничные состояния новорожденного ребенка. 3. Оценка общего состояния новорожденного по шкале Апгар. 4. Основные потребности доношенного новорожденного и способы их удовлетворения. 5. Основные потребности недоношенного новорожденного и способы их удовлетворения.	4	1  1 1 1 1
Практическое занятие: 1. Выявление основных проблем периода новорожденности 2. Обучение правилам кормления грудью, уходу за новорожденным. 3. Обучение кормлению недоношенного новорожденного. 4. Оформление медицинской документации.	5		



	<p>Самостоятельная работа:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Составление в рабочей тетради планов обучения родителей уходу за новорожденным.</li> <li>2. Составление словаря медицинских терминов, дифференциально-диагностической таблицы признаков доношенности. Работа с дополнительной литературой по составлению конспекта в рабочей тетради.</li> <li>3. Работа с дополнительной литературой при подготовке рефератов по темам: «Уход за новорожденным ребенком», «Отказные дети – проблема общества».</li> </ol>	5	
--	---	---	--

<p><b>Тема 1.3</b> Период грудного возраста Физическое и нервно-психическое развитие детей первого года жизни.</p>	Содержание учебного материала	12	
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Анатомо-физиологические особенности органов и систем детей периода грудного возраста.</li> <li>2. Закономерности изменения показателей физического и нервно-психического развития.</li> <li>3. Показатели оценки физического развития ребенка.</li> <li>4. Показатели оценки нервно-психического развития ребенка.</li> <li>5. Основные физиологические потребности детей грудного возраста и способы их удовлетворения.</li> <li>6. Закаливание детей.</li> </ol>	2	1 1 1 1 1 1
	<p>Практическое занятие</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проведение антропометрических измерений и оценка полученных результатов. Оценка физического развития детей грудного возраста.</li> <li>2. Составление рекомендаций по закаливанию ребенка .</li> <li>3. Обучение родителей и окружение ребенка правилам и технике кормления детей. Составление примерного меню для ребенка грудного возраста при разных видах вскармливания.</li> <li>4. Обучение основным гимнастическим комплексам и массажу.</li> <li>5. Составление рекомендаций по режиму дня, выбору игрушек и игровых занятий для детей грудного возраста.</li> <li>6. Обучение родителей и окружения ребенка принципам создания безопасной окружающей среды.</li> </ol>	5	
	<p>Самостоятельная работа:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Работа с дополнительной литературой по подготовке реферата по теме «Закаливание». Составление в рабочей тетради рекомендаций по закаливанию ребенка</li> <li>2. Составление словаря медицинских терминов. Составление планов обучения составлению режима дня и питания.</li> <li>3. Составление планов обучения поддержанию безопасности ребенка грудного возраста.</li> </ol>	5	
<p><b>Тема 1.4.</b> Грудное вскармливание.</p>	Содержание учебного материала	12	
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Анатомо-физиологические особенности органов пищеварения детей грудного возраста.</li> <li>2. Понятие и преимущества грудного вскармливания.</li> <li>3. Правила кормления ребенка грудью, режим кормления новорожденных.</li> <li>4. Прикорм, блюда и продукты прикорма, сроки введения, правила введения.</li> </ol>	2	1 1 1 1
	Практическое занятие	5	

	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Выявление проблем вскармливания детей первого года жизни.</li> <li>2. Обучение правилам кормления грудью.</li> <li>3. Расчет суточного, разового объема пищи, составление меню ребенку разного возраста на грудном вскармливании.</li> </ol>		
	<p>Самостоятельная работа:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Работа с дополнительной литературой и составление конспекта в рабочей тетради.</li> <li>2. Решение ситуационных задач по составлению режима дня, по расчету суточного, разового объема пищи и составлению меню детям на грудном вскармливании.</li> <li>3. Составление плана беседы по поддержке грудного вскармливания.</li> </ol>	5	
<b>Тема 1.5.</b> Смешанное и искусственное вскармливание.	Содержание учебного материала	12	
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Понятие «смешанное» и «искусственное» вскармливание, характеристика смесей.</li> <li>2. Противопоказания для кормления ребенка грудью, правила искусственного вскармливания.</li> <li>3. Гипогалактия, ее причины и профилактика.</li> </ol>	2	1 1 1
	<p>Практическое занятие</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Изучение вопросов вскармливания детей первого года жизни (смешанное и искусственное вскармливание).</li> <li>2. Расчет суточного, разового объема пищи, составление меню ребенку на смешанном и искусственном вскармливании.</li> <li>3. Обучение кормлению из бутылки через соску.</li> </ol>	5	
	<p>Самостоятельная работа:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Решение ситуационных задач по составлению меню детям разного возраста на смешанном и искусственном вскармливании.</li> <li>2. Работа с дополнительной литературой при подготовке реферата по теме: «Влияние родителей на воспитание ребенка».</li> </ol>	5	
	Содержание учебного материала	10	
<b>Тема 1.6.</b> Период молочных зубов.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Анатомо-физиологические особенности детей периода молочных зубов.</li> <li>2. Особенности адаптации ребенка в детском дошкольном учреждении (ДДУ).</li> <li>3. Степени дезадаптации к ДДУ.</li> <li>4. Особенности развития и питания детей этого периода.</li> <li>5. Основные потребности ребенка и способы их удовлетворения. Возможные проблемы.</li> </ol>	2	1 1 1 1 1
	<p>Практическое занятие</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проведение антропометрических измерений и оценка полученных результатов.</li> <li>2. Оценка физического и нервно-психического развития.</li> <li>3. Составление примерного меню, рекомендаций по режиму дня, выбору игрушек, игровых занятий для</li> </ol>	5	

	<p>детей дошкольного и дошкольного возраста.</p> <p>4. Выявление проблем, связанных с дефицитом знаний, умений и навыков в области укрепления здоровья.</p> <p>5. Составление рекомендаций по адаптации в детском дошкольном учреждении.</p> <p>6. Обучение родителей ребенка и его окружения принципам закаливания, основным гимнастическим комплексам и массажу, применяемым для детей дошкольного и дошкольного возраста.</p> <p>7. Обучение родителей и окружения ребенка принципам создания безопасной окружающей среды.</p> <p>8. Проведение плантографии и оценка плантограмм.</p>		
	<p>Самостоятельная работа:</p> <p>1. Работа с дополнительной литературой по подготовке реферата по теме «Воспитание гигиенических навыков у детей».</p> <p>2. Составление в рабочей тетради планов бесед с родителями по подготовке детей к посещению дошкольного учреждения и школы.</p>	3	
<b>Тема 1.7.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	10	
Препубертатный и пубертатный периоды.	<p>1. Анатомо-физиологические особенности органов и систем в препубертатном и пубертатном периодах.</p> <p>2. Особенности физического, нервно-психического и социального развития.</p> <p>3. Факторы риска здоровью и основные профилактические направления.</p> <p>4. Основные потребности и способы их удовлетворения.</p> <p>5. Критерии готовности к обучению в школе.</p> <p>6. Показатели оценки полового созревания.</p>	2	1 1 1 1 1 1
	<p>Практическое занятие</p> <p>1. Проведение антропометрических измерений. Оценка физического, нервно-психического и полового развития детей младшего и старшего школьного возраста.</p> <p>2. Обучение выявлению ситуаций повышенного риска и оказанию поддержки при их развитии.</p> <p>3. Составление рекомендаций по адекватному и рациональному питанию, правильному режиму дня.</p> <p>4. Обучение девочек – подростков технике самообследования молочных желез, мальчиков – подростков – технике самообследования яичек.</p> <p>5. Обучение подростка и его окружение принципам создания безопасной окружающей среды.</p> <p>6. Обучение подростка принципам здорового образа жизни.</p>	5	
	<p>Самостоятельная работа:</p> <p>1. Работа с дополнительной литературой по подготовке рефератов по темам «Воспитание ребенка в семье», «Профилактика вредных привычек у детей и подростков», «Профилактика девиантного поведения подростков», «Половое воспитание детей, подростков».</p> <p>2. Составление в рабочей тетради планов бесед с родителями о подготовке детей к посещению школы; планов бесед с детьми старшего школьного возраста и их родителями о выборе профессии. Составление в рабочей тетради рекомендаций по режиму дня для детей школьного возраста.</p> <p>3. Составление планов обучения рациональному и адекватному питанию, поддержанию адекватной</p>	3	

	двигательной активности. 4. Составление планов бесед с детьми старшего школьного возраста и их родителями о выборе профессии, о профилактике вредных привычек.		
<b>Раздел 2. Здоровые мужчина и женщина зрелого возраста</b>		75	
<b>Тема 2.1.</b> Репродуктивная система здоровых мужчины и женщины.	Содержание учебного материала	12	
	1. Понятие «репродуктивное здоровье», «репродуктивная токсичность», «половое влечение». 2. Строение и функция репродуктивных систем мужчины и женщины. 3. Размеры женского таза. 4. Половые гормоны, их биологическое действие на мужской и женский организмы. 5. Физиология менструального цикла.	2	1 1 1 1 1
	Практическое занятие 1. Выявление проблем, связанное с дефицитом знаний, умений и навыков в области укрепления здоровья. 2. Составление рекомендаций по адекватному и рациональному питанию, двигательной активности, правильному режиму дня. 3. Обучение ведению менструального календаря, определение продолжительности менструального цикла. 4. Измерение наружных размеров таза. 5. Определение истинной конъюгаты.	5	
	Самостоятельная работа: 1. Составление планов обучения рациональному и адекватному питанию. 2. Составление планов обучения поддержанию адекватной двигательной активности. 3. Составление планов обучения поддержанию безопасности.	5	
<b>Тема 2.2.</b> Здоровье семьи	Содержание учебного материала	11	
	1. Значение семьи в жизни и охране здоровья человека. 2. Методы контрацепции, средства защиты от инфекций передающихся половым путем и СПИДа. 3. Репродуктивные технологии в помощь бесплодным парам. Аборты, осложнения после абортов 4. Возможные медико – социальные проблемы семьи. 5. Этапы жизненного цикла семьи.	2	1 1 1 1 1
	Практическое занятие 1. Выявление основных медико - социальных проблем семьи, определение возможных путей их решения 2. Составление рекомендаций по подготовке к запланированной беременности 3. Обучение семейной пары правильному использованию отдельных видов контрацепции.	5	

	4. Определение типа семьи. 5. Консультирование по вопросам планирования семьи. Расчет фертильных дней по менструальному календарю.		
	Самостоятельная работа: 1. Написание эссе на темы влияния семьи на здоровье человека.	4	
<b>Тема 2.3.</b> Внутриутробное развитие человека	Содержание учебного материала	11	
	1. Этапы развития зародыша и плода. 2. Строение и функция плодных оболочек, плаценты и пуповины. 3. Вредные факторы среды, влияющие на плод. 4. Медико - генетическое консультирование, пренатальная диагностика для выявления патологии плода.	2	1 1 1 1
	Практическое занятие 1. Составление и решение ситуационных задач.	5	
	Самостоятельная работа: 1. Работа с дополнительной литературой по подготовке рефератов по теме: «Условия рождения здорового ребенка». 2. Разработка презентации по теме «Условия рождения здорового ребенка».	4	
<b>Тема 2.4.</b> Диспансерное ведение физиологической беременности	Содержание учебного материала	17	
	1. Изменения в организме беременной. 2. Признаки беременности и методы их выявления. 3. Виды обследования беременных женщин. 4. Диспансерное наблюдение за беременной женщиной.	2	1 1 1 1
	Практическое занятие 1. Определение признаков беременности. 2. Определение предполагаемого срока родов. Составление планов дородовых патронажей. 3. Составление рекомендаций беременной женщине по режиму дня, питанию. 4. Обучение специальным физическим упражнениям. 5. Обучение беременной основным приемам, способствующим уменьшению болевых ощущений во время родов, правильному поведению во время родов.	10	
	Самостоятельная работа 1. Составление планов дородовых патронажей. 2. Работа с дополнительной литературой по подготовке рефератов по вопросам гигиены, гимнастики и самомассажа, режима дня и питания беременной.	5	

<b>Тема 2.5.</b> Физиологическое течение родов. Послеродовый период.	Содержание учебного материала		13	
	1.	Понятия «роды», «схватки», «потуги», предвестники родов.	4	1
	2.	Периоды родов.		1
	3.	Ведение родов.		1
	4.	Способы выделения последа.		1
	5.	Первичный туалет новорожденного.		1
	6.	Изменения в организме роженицы.		1
	Практическое занятие 1. Обучение способам выведения последа, определение допустимой кровопотери в родах. 2. Проведение первичного туалета новорожденного. 3. Выявление проблем роженицы и определение роли медицинского работника в их решении. 4. Составление рекомендаций по питанию, гигиене роженицы.		5	
	Самостоятельная работа: 1. Работа с дополнительной литературой, конспектирование в рабочей тетради и подготовка сообщений об основных приемах, способствующих уменьшению болевых ощущений во время родов; о правильном поведении во время родов. 2. Работа с дополнительной литературой по составлению рекомендаций по питанию, гигиене роженицы.		4	
<b>Тема 2.6.</b> Климактерический период	Содержание учебного материала:		11	
	1.	Стадии климакса у женщин.	2	1
	2.	Изменения в организме женщины в климактерический период.		1
	3.	Климактерический синдром: его формы.		1
	4.	Факторы, влияющие на возникновение климактерического синдрома.		1
	5.	Переходный период у мужчин: изменения в репродуктивной системе, отличия от женского климакса.		1
	6.	Проблемы, возникающие у пациентов в климактерическом периоде и их решение.		1
	Практическое занятие 1. Обучение выявлению факторов, влияющих на патологическое течение климакса, проблем человека в климактерическом периоде. 2. Составление рекомендаций женщине и мужчине в климактерическом периоде по режиму дня, питанию, гигиене, поддержанию безопасности.		5	
	Самостоятельная работа: 1. Работа с дополнительной литературой по подготовке реферата по теме «Системы самооздоровления» по составлению рекомендаций по режиму дня, питанию, гигиене человека в климактерическом периоде.		4	
Раздел 3.			56	

<b>Здоровье лиц пожилого и старческого возраста</b>			
<b>Тема 3.1.</b> Геронтология как наука. Виды старения.	Содержание учебного материала:	10	
	1. Понятия «геронтология», «гериатрия», «старение», «старость». 2. Виды старения. 3. Признаки естественного старения. 4. Условия, ускоряющие старение. 5. Демография пожилого возраста.	2	1 1 1 1 1
	Практическое занятие 1. Выявление проблем человека, связанные с дефицитом знаний, умений и навыков в области сохранения здоровья. 2. Составление рекомендаций по адекватному и рациональному питанию, двигательной активности, правильному режиму дня.	5	
	Самостоятельная работа: 1. Работа с дополнительной литературой по подготовке реферата по теме: «Секреты молодости». 2. Составление памятки по обучению населения особенностям сохранения здоровья.	3	
<b>Тема 3.2.</b> Анатомо-физиологические и психологические особенности лиц пожилого и старческого возраста.	Содержание учебного материала:	18	
	1. Особенности дыхательной системы. 2. Особенности сердечно - сосудистой системы. 3. Особенности пищеварительной системы. 4. Особенности мочевыделительной системы. 5. Система крови. 6. Нервная, эндокринная системы. 7. Возрастные изменения опорно-двигательного аппарата. 8. Органы зрения, слуха. 9. Особенности кожи. 10. Психологические особенности людей пожилого возраста.	4	1 1 1 1 1 1 1 1 1 1
	Практическое занятие 1. Выявление факторов риска для лиц пожилого и старческого возраста. 2. Обучение принципам создания безопасной окружающей среды. 3. Обучение методам профилактики заболеваний. 4. Составление и решение ситуационных задач.	10	
	Самостоятельная работа 1. Работа с дополнительной литературой при подготовке рефератов по темам: «Образ жизни и долголетие», «Среда обитания пожилого человека».	4	

<b>Тема 3.3.</b>	Содержание учебного материала:	18	
Способы удовлетворения основных жизненных потребностей в пожилом и старческом возрасте.	1. Проблемы пациента в преклонном возрасте.	2	1
	2. Проблемы адаптации лиц пожилого возраста к старению.		1
	3. Сестринские услуги лицам пожилого и старческого возраста.		1
	4. Гериатрическая фармакотерапия.		1
5. Способы удовлетворения основных жизненных потребностей в пожилом и старческом возрасте.	1		
	Практическое занятие 1. Обучение самоуходу и правилам ухода за пожилым пациентом. 2. Составление суточного меню в соответствии требованиями геродиететики. 3. Составление плана беседы с пациентом о профилактике заболеваний. 4. Составление в рабочей тетради плана беседы по адекватной физической нагрузке, рациональному режиму дня, обеспечению безопасности окружающей среды для людей пожилого и старческого возраста.	10	
	Самостоятельная работа 1. Работа с дополнительной литературой при подготовке рефератов по темам: «Как найти общий язык с людьми пожилого возраста?», «Этика и моральные проблемы в пожилом возрасте», «Умеете ли вы дышать?», «Особенности питания в пожилом возрасте», «Эмоции и здоровье пожилого человека», «Физические упражнения для лиц пожилого возраста с учетом анатомо-физиологических особенностей организма», «Массаж пожилых людей».	6	
<b>Тема 3.4.</b>	Содержание учебного материала:	10	
Изучение вопросов по медико-социальной защите населения старших возрастных групп.	1. Законодательные аспекты медико-социальной помощи пожилым.	2	1
	2. Медицинские аспекты защиты пожилых.		1
	3. Социальные аспекты.		1
	4. Медико-социальные и психологические аспекты смерти.		1
	5. Эвтаназия.		1
	Практическое занятие 1. Изучение Положения о центре социального обслуживания. 2. Изучение организационных форм гериатрической помощи. 3. Составление и решение ситуационных задач.	5	
	Самостоятельная работа 1. Работа с дополнительной литературой при подготовке рефератов по темам: «Морально-этические нормы поведения у постели умирающего больного», «Эмоциональные стадии горевания», «Эвтаназия».	3	
<b>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета</b>			
<b>Всего</b>		<b>210</b>	





**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
«ЗДОРОВЫЙ ЧЕЛОВЕК И ЕГО ОКРУЖЕНИЕ»  
НА 2020-2021 УЧЕБНЫЙ ГОД**

31.02.01 Отделение «Лечебное дело» 14, 15 группы

№	Название тем	Максимальная учебная нагрузка		Количество аудиторных часов при очной форме обучения			
		Всего	На сам. обуч.	Всего	Лекция	Семинар	Практ. занятия
1	<b>Раздел 1. Здоровый ребенок.</b> Периоды детского возраста	20	7	13	2		5
2	Аntenатальный и неонатальный периоды.					1	5
3	Период грудного возраста. Физическое и нервно психическое развитие детей первого года жизни.	13	5	8	2	1	5
4	Грудное вскармливание	24	10	14	2	1	5
5	Смешенное и искусственное вскармливание					1	5
6	Период молочных зубов	11	3	8	2	1	5
7	Препубертатный и пубертатный периоды	10	3	7	2		5
	<b>ИТОГО по разделу:</b>	<b>78</b>	<b>28</b>	<b>50</b>	<b>10</b>	<b>5</b>	<b>35</b>
1	<b>Раздел 2. Здоровые мужчина и женщина зрелого возраста</b> Репродуктивная система здоровых мужчины и женщины.	22	9	13	2		5
2	Здоровье семьи					1	5
3	Внутриутробное развитие человека.	12	4	8	2	1	5
4	Диспансерное ведение физиологической беременности	18	5	13	2	1	5
5							5
6	Физиологическое течение родов. Послеродовый период	12	4	8	2	1	5
7	Климактерический период	11	4	7	2		5
	<b>ИТОГО по разделу:</b>	<b>75</b>	<b>26</b>	<b>49</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>35</b>
1	<b>Раздел 3. Здоровье лиц пожилого и старческого возраста</b> Геронтология как наука. Виды старения.	10	3	7	2		5
2	Анатомо-физиологические особенности лиц пожилого и старческого возраста.	18	4	14	2	1	5
3						Психологические особенности лиц пожилого и старческого возраста.	1
4	Способы удовлетворения основных жизненных потребностей в пожилом и старческом возрасте.	20	6	14	2	1	5
5						1	5
6	Изучение вопросов по медико – социальной защите населения старших возрастных групп	10	3	7	2		5
	<b>ИТОГО по разделу:</b>	<b>58</b>	<b>16</b>	<b>42</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>30</b>
	<b>ИТОГО по дисциплине:</b>	<b>211</b>	<b>70</b>	<b>141</b>	<b>28</b>	<b>13</b>	<b>100</b>

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ «Здоровый человек и его окружение»**

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

Реализация программы дисциплины требует наличия лекционной аудитории и кабинета для проведения практических занятий.

*Оборудование учебного кабинета:*

1. Шкаф для хранения учебно-наглядных пособий, фантомов, предметов ухода.
2. Интерактивная доска
3. Стол для преподавателя
4. Стул для преподавателя
5. Столы для студентов
6. Стулья для студентов
7. Пеленальный стол
8. Шкафы

*Технические средства обучения:*

1. Мультимедийный проектор
2. Компьютер и программное обеспечение
3. DVD-плеер
4. Конспекты лекций на электронных носителях
5. Жидкокристаллический телевизор с USB-портом
6. Видеофильмы на дисках, видеокассетах, флеш-карте

*Оборудование кабинета для проведения практических занятий и рабочих мест студентов:*

#### **Учебно-методическая документация**

1. Учебно-методические комплексы по разделам и темам дисциплины для занятий.
2. Медицинская документация: бланки дородовых патронажей, патронажей новорожденного, история развития ребенка, обменная карта беременной, индивидуальная карта беременной и родильницы, сестринская карта гериатрического пациента.
3. Учебно-методические пособия управляющего типа.
4. Материалы для промежуточной аттестации.
5. Методические рекомендации для студентов.
6. Тестовые задания, ситуационные задачи.

### **Учебно-наглядные пособия:**

1. Мультимедийные презентации:
  - «Здоровый ребенок. Периоды детского возраста»
  - «Здоровые мужчина и женщина»
  - «Здоровье лиц пожилого и старческого возраста»
  - «Физическое развитие детей»
  - «Строение мужских и женских половых органов»
  - «Достоверные признаки беременности»
  - «Контрацепция»
  - «Физиология менструального цикла»
  - «Периоды беременности»
  - «Аборт»
  - «Социальная защита пожилых»
  - «Паллиативное лечение»
  - «Эвтаназия»
2. Фантомы: «Новорожденный ребенок», «Женский таз», «Костный таз», «Роженица и плод».
3. Муляж плода.

### **Оборудование и предметы ухода**

1. Весы электронные для взвешивания детей «Саша».
2. Весы напольные
3. Ростомеры: горизонтальный, вертикальный
4. Кювез
5. Линейки
6. Бикс для новорожденного
7. Динамометры
8. Сантиметровые ленты
9. Бутылочки детские
10. Зонды для кормления новорожденных
11. Ванна детская
12. Грелки
13. Тазомер
14. Резиновое судно
15. Молокоотсос
16. Кувшин
17. Термометры: комнатные, водные.
18. Фартук клеенчатый
19. Противозачаточные средства (презерватив мужской, внутриматочные средства, колпачки шеечные, гормональные)
20. Палочки ватные
21. Пипетки глазные
22. Вата

23. Тонометры с фонендоскопом
24. Клеенка
25. Перчатки резиновые
26. Лотки почкообразные
27. Набор пеленок
28. Одежда для новорожденного и грудного ребенка
29. Набор для утреннего туалета
30. Маски медицинские

### **3.2. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБУЧЕНИЯ**

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

*Основные источники:*

1. Крюкова Д.А., Л.А. Лысак, О.В. Фурса, под редакцией Б.В. Кабарухина,-7 изд.- Ростов н/Д: Феникс, 2011.-383с.
2. Здоровый человек и его окружение [Электронный ресурс] : учебник / В. Р. Кучма, О. В. Сивочалова -4-е изд., испр. и доп. -М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. - <http://www.medcollegelib.ru/book/ISBN9785970432327.html>
3. Акушерство [Электронный ресурс] : учебник / под ред. В. Е. Радзинского. - 2-е изд., перераб. и доп. -М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. - <http://www.medcollegelib.ru/book/ISBN9785970436127.html>
4. Морозов М.А. Здоровый человек и его окружение ЭБС «Лань».
5. Жирков А.М. Здоровый человек и его окружение ЭБС «Лань».

*Интернет – ресурсы:*

1. Здоровый образ жизни - Википедия.(ru/ wikipedia/org)
2. Информационный портал для беременных. URL:<http://pregnancy-online.ru/>
3. Сайт Здоровая Россия. URL: <http://www.takzdorovo.ru/>
4. Сайт для пациентов по вопросам климактерического периода у женщин.URL:<http://www/climax.ru/>

#### 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 и методы контроля и оценки результатов обучения
<b>Знания:</b>	
– содержание понятий «здоровье», «качество жизни», «факторы риска болезни»;	Проверка тестовых заданий.
– основные факторы риска развития болезней в разные возрастные периоды;	Анализ выполнения заданий для самостоятельной работы. Проверка решения ситуационных задач.
- периоды жизнедеятельности человека;	Проверка решения заданий в тестовой форме. Проверка составления планов патронажа новорожденного и ребенка первого года жизни. Проверка составления плана проведения занятий с беременной. Проверка составления памятки по гигиене для кормящей матери и беременной женщины. Проверка отчета о патронаже пожилого человека с выводами и рекомендациями. Анализ составления и оформление памяток для населения.
– анатомо-физиологические и психологические особенности человека;	Проверка решения ситуационных задач. Проверка решения заданий в тестовой форме.
– основные закономерности и правила оценки физического, нервно-психического и социального развития;	Проверка ситуационных задач. Проверка решения заданий в тестовой форме.
– универсальные потребности человека в разные возрастные периоды;	Проверка выполнения заданий для самостоятельной работы. Проверка решения заданий в тестовой форме.
– значение семьи в жизни человека.	Проверка выполнения заданий для самостоятельной работы.
<b>Умения:</b>	
– оценивать параметры физиологического развития человека в разные возрастные периоды;	Наблюдение и оценка демонстрации обучающимися практических умений. Проверка ситуационных задач. Оценивание заданий в тестовой форме.
– выявлять проблемы человека в разные возрастные периоды, связанные с дефицитом знаний, умений и навыков в области укрепления здоровья;	Проверка решения ситуационных задач. Оценка заданий в тестовой форме. Проверка составления плана беседы с различными категориями населения. Анализ и оценка составления плана беседы с подростками по формированию приверженности

	здоровому образу жизни.
- обучать население особенностям сохранения и укрепления здоровья в разные возрастные периоды и вопросам планирования семьи.	Проверка ситуационных задач. Оценка составления памятки для населения. Проверка составления плана беседы с различными категориями населения. Оценивание составления плана беседы с подростками по формированию приверженности здоровому образу жизни.

В процессе изучения дисциплины формируются **общие компетенции:**

<b>Результаты (освоенные общие компетенции)</b>	<b>Основные показатели оценки результата</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки</b>
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	- понимание сущности и социальной значимости своей будущей профессии; - проявление интереса к будущей профессии.	-Наблюдение и оценка результатов аудиторной и внеаудиторной работы студента.
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	- обоснование рациональности выбора при решении ситуационных задач и организации ухода.	- Наблюдение и оценка результатов на учебной практике
ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.	- принятие решения в стандартных и нестандартных ситуациях.	- Оценка правильности решения.
ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения возложенных на него профессиональных	- эффективный поиск необходимой информации в справочной, учебной, научной, методической литературе.	- Наблюдение и оценка на практических и теоретических занятиях, научно-практических студенческих конференциях.

задач, а также для своего профессионального и личностного развития.		
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.	- демонстрация навыков использования информационно-коммуникационных технологий при оформлении рефератов, работ по УИРС и НИРС.	- Наблюдение и оценка на практических занятиях, внеаудиторных мероприятиях.
ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.	- соблюдение принципов профессиональной этики	- Результаты анкетирования студентов. - На практических занятиях, учебной практике.
ОК 7. Брать ответственность за работу членов команды (подчиненных), за результат выполнения заданий.	- выполнение руководящей роли при решении ситуационных задач, работе «малыми группами», деловых играх, «мозговом штурме».	- Наблюдение за эффективностью работы лидера и группы.
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать и осуществлять повышение своей квалификации.	- участие в работе СНО и кружка; - участие в конкурсах профессионального мастерства; - участие во Всероссийских мероприятиях; - освоение основ профессии на рабочем месте во внеучебное время.	- Наблюдение и оценка результатов научно-исследовательской работы студентов, конкурсов, олимпиад.
ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.	- мобильность и аргументированность при выборе плана ухода с учетом инновационных технологий; - способность к адаптации в условиях практической деятельности.	- Наблюдение и оценка результатов работы студентов с различными профессиональными технологиями.
ОК 10. Бережно относиться к историческому наследию и культурным традициям народа, уважать социальные,	- толерантность и аргументированность при выборе плана ухода; - отбор информации при проведении бесед с пациентами; - проявление уважения к историческому наследию, культурным традициям, религиозным различиям пациентов при	- Наблюдение и оценка результатов решения ситуационных задач, тестирования, устного опроса.



культурные и религиозные различия.	изучении истории развития гинекологии.	
ОК 11. Быть готовым брать на себя нравственные обязательства по отношению к природе, обществу, человеку.	- готовность брать на себя нравственные обязательства по отношению к природе, обществу, человеку.	- Наблюдение и оценка результатов работы студентов на учебной практике.
ОК 12. Организовывать рабочее место с соблюдением требований охраны труда, производственной санитарии, инфекционной и противопожарной безопасности.	- организация рабочего места с соблюдением требований охраны труда, производственной санитарии, инфекционной и противопожарной безопасности.	- При выполнении манипуляции. - При решении ситуационных задач.
ОК 13. Вести здоровый образ жизни, заниматься физической культурой и спортом для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.	- ведение здорового образа жизни, занятия физической культурой и спортом для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.	- Наблюдение и оценка результатов спортивных достижений, устного опроса.

В процессе изучения дисциплины формируются **профессиональные компетенции:**

<b>Результаты (освоенные профессиональные компетенции)</b>	<b>Основные показатели оценки результата</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки</b>
ПК 1.1. Планировать обследование пациентов различных возрастных групп	- планировать обследование пациента	- Экспертное наблюдение и оценка проверки результатов: - усвоения практических умений;
ПК 5.1. Осуществлять медицинскую реабилитацию пациентов с различной патологией.	- полнота знаний нормативно - правовой базы по осуществлению медицинской реабилитации пациентов	- решения заданий в тестовой форме;

	<p>с различной патологией;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– правильность создания общих и индивидуальных планов по медицинской реабилитации пациентов с различной патологией;</li> <li>– правильность проведения комплексов ЛФК, медицинского массажа и физиотерапевтических процедур;</li> <li>– обоснованность направлений на санаторно-курортное лечение;</li> <li>– точность рекомендаций по диетотерапии;</li> <li>– грамотность оформления медицинской документации.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнения заданий для самостоятельной работы.</li> <li>- Оценка выполнения практических умений.</li> <li>- Решение проблемно - ситуационных задач.</li> <li>- Тестирование.</li> <li>- Демонстрация практических действий</li> </ul>
<p>ПК 5.2. Проводить психосоциальную реабилитацию.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- полнота знаний нормативно-правовой базы по проведению психосоциальной реабилитации;</li> <li>– правильность создания общих и индивидуальных планов психосоциальной реабилитации обслуживаемого населения;</li> <li>– точность выбора приемов и методов психологической реабилитации и психотерапевтической беседы;</li> <li>– правильность применения методик релаксации и аутогенной тренировки при реабилитации пациентов;</li> <li>- грамотность оформления медицинской документации.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Оценка выполнения практических умений.</li> <li>- Решение проблемно - ситуационных задач.</li> <li>- Тестирование.</li> <li>- Демонстрация практических действий</li> </ul>
<p>ПК 5.3. Осуществлять паллиативную помощь.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- полнота знаний нормативно-правовой базы по осуществлению паллиативной помощи;</li> <li>– правильность создания общих и индивидуальных планов по паллиативной помощи пациентам;</li> <li>– последовательность и точность выполнения манипуляций больным, нуждающимся в паллиативной помощи;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Оценка выполнения практических умений.</li> <li>- Решение проблемно - ситуационных задач.</li> <li>- Тестирование.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>– правильность осуществления социальной и психологической помощи больным и близким;</li> <li>– грамотность оформления медицинской документации.</li> </ul>	- Демонстрация практических действий
ПК 5.6. Оформлять медицинскую документацию	<ul style="list-style-type: none"> <li>- правильность оформления медицинской документации;</li> <li>- грамотность заполнения истории болезни, амбулаторной карты пациента.</li> </ul>	- Наблюдение и оценка правильности заполнения документации.