



**ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
КИЗИЛЮРТОВСКИЙ МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ**

Российская Федерация
Республика Дагестан,
368118, г. Кизилюрт,
ул. Вишневого, 170.

Тел.: +7(989) 476-00-15
E-mail: omar.g4san@yandex.ru

ОДОБРЕНО
на педагогическом совете № 1
от «29» августа 2024г.

УТВЕРЖДЕНО
директор ПОАНО «КМК» г.Кизилюрт
О.М.Гасанов _____
Приказ №2 -О от «29» августа 2024г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.07 Здоровый человек и его окружение

по специальности 31.02.01 «Лечебное дело»
по программе базовой подготовки
на базе основного общего образования;
форма обучения – очная
Квалификация выпускника – фельдшер

г. Кизилюрт 2024г.

Рабочая программа учебной дисциплины ОП. 07 Здоровый человек и его окружение разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта и программы ППССЗ ПОАНО «Кизилюртовский многопрофильный колледж» по специальности среднего профессионального образования 31.02.01 Лечебное дело.

Организация-разработчик: ПОАНО «Кизилюртовский многопрофильный колледж» г. Кизилюрт.

Разработчик: преподаватель Мусаева Мариян Ахмедовна

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП. 07 «ЗДОРОВЫЙ ЧЕЛОВЕК И ЕГО ОКРУЖЕНИЕ» ...	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ	21
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	34
5. АДАПТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРИ ОБУЧЕНИИ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ.....	35

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП. 07 «ЗДОРОВЫЙ ЧЕЛОВЕК И ЕГО ОКРУЖЕНИЕ»

1.1 Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Учебная дисциплина «Здоровый человек и его окружение» является обязательной частью общепрофессионального цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 31.02.01 Лечебное дело.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01- ОК 09.

1.2 Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК,	Умения	Знания
ОК 01 - ОК 09, ПК 2.1, ПК 3.1, ПК 3.3, ПК 4.2, ПК 5.1, ПК 6.6, ПК 6.7.	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;	-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.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы учебной дисциплины	94
в т. ч.:	
теоретическое обучение	36
практические занятия	58
Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)	

2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и виды организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
Раздел 1. Здоровье. Потребности человека. Рост и развитие		4	
Тема 1.1. Общественное и здоровье и здравоохранение. Концепции здоровья.	Содержание учебного материала. 1. Общественное здоровье и здравоохранение. Основные понятия, факторы риска, показатели оценки здоровья. Демографическая ситуация в России, регионе. Современные показатели по Свердловской области. 2. Роль фельдшера в сохранении и укреплении здоровья, в организации медицинской профилактики. 3. Понятия: «здоровье», «образ жизни», «качество жизни». Понятие о группах здоровья. Критерии здоровья. 4. Факторы, влияющие на здоровье. Факторы риска болезни. Центр здоровья. Школа здоровья.	2	ОК 01 - ОК09, ПК 2.1, ПК 3.1, ПК 3.3, ПК 4.2, ПК 5.1, ПК 6.6, ПК 6.7.
	Практическое занятие. Проведение оценки демографической ситуации в России, районе профессиональной деятельности. Выявление и оценка факторов, влияющих на здоровье.	-	
Тема 1.2. Потребности человека в разные возрастные периоды. Рост и развитие.	Содержание учебного материала. Понятия: «универсальные 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. 3. Основные закономерности роста и развития человека.	2	ОК 01 - ОК 09, ПК 2.1, ПК 3.1, ПК 3.3, ПК 4.2, ПК 5.1, ПК 6.6, ПК 6.7.
	4. Характеристика роста и развития в разные возрастные периоды. Особенности сбора информации в разные возрастные периоды человека.		

		Практическое занятие. Определение возраста человека. Изучение потребностей человека. Изучение основных закономерностей роста и развития человека в разные возрастные периоды.	-	
Раздел 2. Здоровье детей			24	
Тема	2.1.	Содержание учебного материала.	2	ОК 01 - ОК 09,
Внутриутробный период и период новорожденности		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. Период новорожденности (неонатальный), его характеристика. Анатомо-физиологические особенности новорожденного ребенка. Признаки доношенности новорожденного ребенка. Оценка общего состояния по шкале Апгар. 3. Организация ухода за новорожденным ребенком. Значение асептики и антисептики в организации ухода, первичный туалет новорожденного. Адаптация детей к условиям внеутробной жизни. Пограничные состояния новорожденного ребенка. Основные потребности новорожденного и способы их удовлетворения. Возможные проблемы и пути их решения. Понятие о первичном патронаже к новорожденному. Сроки и цели. 4. Понятие о недоношенном ребенке. Причины недоношивания беременности. Анатомо-физиологические особенности органов и систем недоношенного новорожденного. Признаки недоношенности. Основные потребности недоношенного новорожденного и способы их удовлетворения. Особенности адаптации недоношенного новорожденного к условиям внеутробной жизни. Особенности течения пограничных состояний у недоношенных детей. Особенности ухода за недоношенным ребенком. Критерии готовности к выписке из роддома недоношенного ребенка. 5. Профилактика ранних отклонений в состоянии здоровья детей. Практическое занятие. 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	ПК 2.1, ПК 3.1, ПК 3.3, ПК 4.2, ПК 5.1, ПК 6.6, ПК 6.7.

Тема 2.2. Период грудного возраста	Содержание учебного материала. Закономерности физического, нервно-психического и социального развития ребенка. Анатомо-физиологические особенности, рост и развитие ребенка грудного возраста. Анатомо-физиологические особенности нервной системы грудного ребенка. Правила оценки нервно-психического развития ребенка периода младенчества. Особенности процесса пищеварения у новорожденных и детей периода младенчества. Основные универсальные потребности ребенка периода младенчества и способы их удовлетворения. Возможные проблемы. Факторы, создающие опасную окружающую среду. Виды вскармливания. Гипогалактия, ее причины и ее профилактика. Режимы кормления новорожденных детей периода младенчества. Сроки и правила введения новых продуктов, прикормов. Формулы для расчета разового и суточного количества пищи для детей первого года жизни. Значение режима и воспитания для удовлетворения потребностей ребенка. Значение физического воспитания, закаливания, массажа для здоровья и развития ребенка первого года жизни. Профилактика детских инфекционных заболеваний у детей периода младенчества. Понятие о вакцинации ребенка первого года жизни.	2	ОК 01 - ОК 09, ПК 2.1, ПК 3.1, ПК 3.3, ПК 4.2, ПК 5.1, ПК 6.6, ПК 6.7.
	Практическое занятие. Проведение антропометрических измерений и оценка полученных результатов. Оценка физического развития детей грудного возраста. Выявление проблем, связанных с дефицитом знаний, умений и навыков в области укрепления здоровья. Составление рекомендаций по закаливанию ребенка. Обучение родителей и окружение ребенка правилам и технике кормления детей. Составление примерного меню для ребенка грудного возраста при разных видах вскармливания. Обучение основным гимнастическим комплексам и массажу. Составление рекомендаций по режиму дня, выбору игрушек и игровых занятий для детей грудного возраста. Обучение родителей и окружения ребенка принципам создания безопасной окружающей среды	2	
Тема 2.3. Период преддошкольного и дошкольного возраста	Содержание учебного материала. Характеристика преддошкольного, дошкольного возраста. Анатомо-физиологические особенности органов и систем в этих периодах, рост и развитие ребенка преддошкольного и дошкольного возраста. 3. Универсальные потребности ребенка этого возраста и способы их удовлетворения, возможные проблемы. 4. Физическое, нервно-психическое и социальное развитие ребенка преддошкольного и дошкольного возраста. 5. Питание ребенка старше 1 года.	2	ОК 01 - ОК 09, ПК 2.1, ПК 3.1, ПК 3.3, ПК 4.2, ПК 5.1, ПК 6.6, ПК 6.7.

	6. Социальная адаптация ребенка. 7. Подготовка к поступлению в детское дошкольное учреждение и в школу. Факторы риска. 8. Профилактика детских инфекционных заболеваний у детей преддошкольного и дошкольного возрас Практическое занятие. Проведение антропометрических измерений и оценка полученных результатов. Оценка физического и нервно-психического развития. Составление примерного меню, рекомендаций по режиму дня, выбору игрушек, игровых занятий для детей преддошкольного и дошкольного возраста. Выявление проблем, связанных с дефицитом знаний, умений и навыков в области укрепления здоровья.		
	Составление рекомендаций по адаптации в детском дошкольном учреждении. Обучение родителей ребенка и его окружение принципам закаливания, основным гимнастическим комплексам и массажу, применяемым для детей преддошкольного и дошкольного возраста. Обучение родителей и окружения ребенка принципам создания безопасной окружающей среды для детей преддошкольного и дошкольного возраста.		
Тема 2.4. Период младшего школьного возраста	Содержание учебного материала. 1. Анатомо-физиологические особенности, рост и развитие ребенка младшего школьного возраста; 2. Характеристика периода младшего школьного возраста. 3. Анатомо-физиологические особенности органов и систем в этот период. Физическое, половое, нервно-психическое и социальное развитие. 4. Универсальные потребности, способы их удовлетворения. Возможные проблемы. Принципы создания безопасной окружающей среды для детей младшего школьного возраста. 5. Значение физического воспитания для здоровья ребенка. Факторы риска и безопасности. Практическое занятие. 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 окружение 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 окружение принципам закаливания, основным гимнастическим комплексам.	2	ОК 01 - ОК 09, ПК 2.1, ПК 3.1, ПК 3.3, ПК 4.2, ПК 5.1, ПК 6.6, ПК 6.7.
		4	ОК 01 - ОК 09,

			ПК 2.1, ПК 3.1, ПК 3.3, ПК 4.2, ПК 5.1, ПК 6.6, ПК 6.7.
Тема 2.5. Период старшего школьного возраста (подростковый, пубертатный)	Содержание учебного материала. Характеристика подросткового возраста. Анатомо-физиологические особенности органов и систем в этом периоде. Физическое, половое, нервно-психическое и социальное развитие. Анатомо-физиологические особенности, рост и развитие ребенка старшего школьного возраста		
	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.		
	Практическое занятие. 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 окружение принципам создания безопасной окружающей среды. Обучение подростка принципам здорового образа жизни.	4	
Раздел 3. Зрелый возраст		36	
Тема 3.1. Период юношеского возраста	Содержание учебного материала 1. Анатомо-физиологические, психологические и социальные особенности человека юношеского возраста. Основные потребности, способы их удовлетворения. Возможные проблемы.	2	ОК 01 - ОК 09, ПК 2.1, ПК 3.1, ПК 3.3, ПК 4.2, ПК 5.1, ПК 6.6, ПК 6.7.
	Практическое занятие. Обучение выявлению ситуаций повышенного риска и оказанию поддержки при их развитии. Выявление проблем, связанных с дефицитом знаний, умений и навыков в области укрепления	4	

	здоровья. Составление рекомендаций по адекватному и рациональному питанию, двигательной активности, правильному режиму дня, принципам создания безопасной окружающей среды, поддержанию здорового образа жизни.		
Тема Особенности мужского и женского организмов в зрелом возрасте	3.2. Содержание учебного материала 1. Анатомо-физиологические, психологические и социальные особенности и различия мужчин и женщин зрелого возраста. Анатомические особенности женских половых органов, их связь с функциональным предназначением, физиология женской половой сферы, связь менструальной и детородной функции, строение женского таза, его роль в репродукции. Строение и функции внутренних половых органов женщины (яичник, маточные трубы, матка, влагалище). Строение и функции наружных половых органов женщины (лобок, клитор, большие и малые половые губы). Женские половые гормоны, их биологическое действие на организм. Функции менструального цикла, овогенез. Строение женского таза, анатомические отличия от мужского таза, роль правильного строения таза в репродуктивном процессе. 2. Анатомические особенности мужских половых органов, понятие о сперматогенезе, потенции, фертильности. Основные вопросы взаимоотношения полов, зависимость процесса воспроизводства от внутренних и внешних факторов. Строение и функции мужских половых органов, понятие о половых и добавочных железах. Мужские половые гормоны, их биологическое действие на организм. Сперматогенез, потенция, фертильность. Влияние факторов внешней среды на половые железы. 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. 3. Универсальные потребности человека зрелого возраста, способы их удовлетворения. Возможные проблемы. Практическое занятие. Дискуссионное обсуждение особенностей анатомо-физиологического строения зрелого мужского и женского организма. Репродуктивная функция человека. Выявление проблем, связанных с дефицитом знаний, умений и навыков, в области укрепления здоровья мужчины и	2	ОК 01 - ОК 09, ПК 2.1, ПК 3.1, ПК 3.3, ПК 4.2, ПК 5.1, ПК 6.6, ПК 6.7.
		4	

	женщины. Обсуждение вопросов полового влечения, полового поведения у мужчин и женщин. Обсуждение сексуальных расстройств и причин их вызывающих. Влияние факторов внешней среды на процесс воспроизводства, показатели фертильности у мужчин и женщин. Составление рекомендаций по адекватному и рациональному питанию, двигательной активности, правильному режиму дня. Обучение принципам создания безопасной окружающей среды, принципам здорового образа жизни. Обсуждение принципов контрацепции у мужчин и женщин.		
Тема 3.3. Здоровье семьи	Содержание учебного материала 1. 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. 2. Возможные медико-социальные проблемы семьи. Планирование беременности. Последствия искусственного прерывания беременности. Основные представления о роли семьи в жизни человека, о тенденциях развития семьи в современных условиях. Потребность человека в репродукции. 3. Репродуктивное поведение человека, критерии репродуктивного поведения в современных условиях. 4. Необходимость реализации государственной программы по планированию семьи для укрепления и охраны здоровья населения, понятие о факторах риска развития заболеваний, влияющих на репродуктивную функцию человека. Понятие о планировании семьи. Структура службы планирования семьи. Основные направления работы службы планирования семьи: охрана здоровья подростков, профилактика нежелательной беременности, профилактика ЗППП, помощь при бесплодии. 5. Понятие о факторах риска развития заболеваний репродуктивной системы человека, роль планирования семьи в выявлении и устранении факторов риска. 6. Методы и формы консультирования по вопросам планирования семьи. 7. Принципы контрацепции в зрелом возрасте. Контрацептивные мероприятия у мужчин и женщин. Обзор современных методов и средств контрацепции, грамотное использование которых позволяет сохранить репродуктивное здоровье женщины и решить проблему нежелательной беременности; преимущества контрацепции перед искусственным прерыванием нежелательной беременности. Понятие о бесплодном браке, Проблемы бесплодного брака.	2	ОК 01 - ОК 09, ПК 2.1, ПК 3.1, ПК 3.3, ПК 4.2, ПК 5.1, ПК 6.6, ПК 6.7.
	Практические занятия	4	

	Определение типа семьи. Определение этапа жизненного цикла семьи. Выявление основных медико-социальных проблем семьи, определение возможных путей их решения. Составление		
	рекомендаций по подготовке к запланированной беременности. Обучение семейной пары правильному использованию отдельных видов контрацепции. Определение факторов риска, влияющих на планирование семьи.		
Тема 3.4. Период беременности и родов	Содержание учебного материала Основные представления об эмбриональном и плодном периоде внутриутробной жизни человека, важность внутриутробного периода для здоровья человека; наличие жизненно важных потребностей у плода и необходимость их реализации. Процесс оплодотворения и развития плодного яйца. Оплодотворение, дробление, имплантация плодного яйца, условия, необходимые для осуществления этих процессов. 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. 3. Основные представления о физиологическом течении беременности, о психологических и физиологических проблемах, сопровождающих нормальную беременность. Необходимость поддержки беременной со стороны семьи, мужа. 4. Продолжительность физиологической беременности и основные изменения, происходящие в организме беременной; значение этих изменений для нормального развития плода и подготовки к родам. 5. Признаки беременности (предположительные, вероятные, достоверные). 6. Изменения жизненно важных потребностей беременной; проблемы, сопровождающие физиологическую беременность. 7. Роль медицинских работников, семьи, мужа в поддержании качества жизни беременной и развития плода. 8. Роль медицинского работника в профилактике заболеваний внутриутробного плода. Анатомо-физиологические, психологические и социальные особенности беременной. Дородовые патронажи.	2	ОК 01 - ОК 09, ПК 2.1, ПК 3.1, ПК 3.3, ПК 4.2, ПК 5.1, ПК 6.6, ПК 6.7.

	Необходимость сознательного подхода к материнству и отцовству, понимание возникающих проблем, готовность их решать. Психологические проблемы, связанные с предстоящими родами, материнством, отцовством. -Структура современных принципов 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. -Понятие о родовом акте. Течение родов: периоды родов, их физиологическая сущность, продолжительность; родовые изгоняющие силы - схватки, потуги. -Проблемы здоровой роженицы, роль медицинского работника в решении этих проблем. Предвестники родов. -Подготовка беременных женщин и их семей к родам - помощь в сознательном подходе к предстоящим проблемам, вселение уверенности в благополучном исходе родов.		
	Практическое занятие. Обсуждение процесса оплодотворения и развития плодного яйца. Обучение определению признаков беременности. Определение предполагаемого срока родов. Составление планов дородовых патронажей. Составление рекомендаций беременной женщине по режиму дня, питанию; обучение специальным физическим упражнениям. Обучение беременной основным приемам, способствующим уменьшению болевых ощущений во время родов, правильному поведению во время родов.	4	
Тема 3.5 Послеродовый период	Содержание учебного материала Основные представления о физиологической сущности послеродового периода, о лактации, ее значении для здоровья женщины, о преимуществах грудного вскармливания, об изменении семейной психологии и проблемах супругов после рождения ребенка, о принципах консультирования здоровых женщин в послеродовом периоде. Определение понятия «послеродовый период», его продолжительность и значение для здоровья женщины.	2	ОК 01 - ОК 09, ПК 2.1, ПК 3.1, ПК 3.3, ПК 4.2, ПК 5.1, ПК 6.6, ПК 6.7.

	Основные изменения, происходящие в органах и системах родильницы (обратное развитие половых органов, изменения в эндокринной системе). Понятие о процессе лактации. 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 осуществлении программы «Позитивное материнство». Подготовка супружеских пар к родам и послеродовому периоду. Ориентация супружеских пар на грудное вскармливание новорожденных. Психологические проблемы, возникающие в семье при появлении новорожденного, связанные с отцовством, материнством, изменением ролей в семье. Принципы консультирования родильницы по вопросам питания, гигиены, контрацепции, сохранения грудного вскармливания.		
	Практическое занятие. Изучение течения нормальных родов и послеродового периода; дискуссионное обсуждение течения послеродового периода, лактации. Изучение физиологических и психологических составляющих грудного вскармливания. Изучение изменений репродуктивной системы в послеродовом периоде у женщин. Определение сроков лактации, обследование молочных желез родильниц, определение объема молока, необходимого для одного кормления. Обсуждение диеты родильницы и кормящей матери. Составление рекомендаций для кормящей матери по уходу за молочными железами, питанием, профилактике маститов. Составление плана беседы с супружескими парами по подготовке к родам, грудному вскармливанию. Дискуссионное обсуждение профилактики послеродовых депрессий. Изучение принципов медицинского консультирования здоровых рожениц и родильниц.	4	

Тема 3.6. Климатерический период	Содержание учебного материала. Понятия «климакс», «климатерический период», «пременопауза», «менопауза», «постменопауза». Понятие о климатерическом периоде в жизни человека как о естественном переходе от зрелости к старости, об изменении жизненно важных потребностей человека в этот период, о роли медицинского работника в решении психологических и физиологических проблем переходного периода и в сохранении качества жизни человека. Основные представления о климатерическом синдроме, факторах риска развития климатерического синдрома и возможности его профилактики. Понятие о климатерическом периоде как о физиологическом периоде в жизни человека. Причины возникновения климакса. Изменения, происходящие в организме женщины и мужчины в климатерическом периоде. Особенности возрастных изменений в репродуктивной системе женщины (постепенное снижение детородной, менструальной функции, изменения сексуальной функции) и мужчины. Особенности протекания климатерического периода у женщин и мужчин. Стадии климатерического периода у женщин и их краткая характеристика по изменениям в репродуктивной системе (пременопауза, менопауза, постменопауза). Профилактика тяжелого течения климакса. Роль медицинского работника в пропаганде здорового образа жизни и охране здоровья пациентов в переходном периоде.	2	ОК 01 - ОК 09, ПК 2.1, ПК 3.1, ПК 3.3, ПК 4.2, ПК 5.1, ПК 6.6, ПК 6.7.
	Практическое занятие. Дискуссионное обсуждение причин возникновения климакса у мужчин и женщин, факторов, влияющих на появление раннего климакса. Обучение выявлению факторов, влияющих на патологическое течение климакса, проблем человека в климатерическом периоде. Составление рекомендаций женщине и мужчине в климатерическом периоде по режиму дня, питанию, гигиене, поддержанию безопасности.	4	
Раздел 4. Здоровье лиц пожилого и старческого возраста		30	
Тема 4.1. Введение в геронтологию. Основные понятия.	Содержание учебного материала 1. Введение в геронтологию. Понятие о геронтологии. Актуальность геронтологии на современном этапе развития общества. Старение как закономерный этап жизнедеятельности человека. Средняя продолжительность жизни в историческом аспекте. Основные причины	2	ОК 01 - ОК 09, ПК 2.1, ПК 3.1, ПК 3.3, ПК 4.2,
Теории и механизмы старения	смертности в России. Увеличение численности пожилых и старых людей на фоне сверхсмертности мужчин и феминизации общества. Медико-демографические и социально-гигиенические аспекты старения населения. Место человека преклонного возраста в современном обществе. Отношение к пожилым людям как важный показатель нравственного состояния общества. 2. Классификация возрастных групп. Календарный и биологический возраст. Виды, теории и		ПК 5.1, ПК 6.6, ПК 6.7.

	механизмы старения. Характеристика процесса старения. Образ жизни, его влияние на процессы старения. Влияние неблагоприятной экологической обстановки на интенсивность ивыраженность процессов старения.		
	Практическое занятие. Дискуссионное обсуждение демографической ситуации в мире: в странах дальнего и ближнего зарубежья, в РФ. Отличительные особенности демографических показателей по РФи по региону проживания в частности. 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. Дискуссионное обсуждение наиболее значимых и актуальных теорий и механизмов старения, причин старения в регионе, в России. Изучение процессов старения в различные возрастные периоды. Значение влияния экологических факторов на процессы старения. Характеристика различных типов старения. Студенты определяют внешние признаки старения, сравнивают биологический и календарный возраст.	2	
Тема 4.2. Анатомо-физиологические и психологические особенности лиц пожилого и старческого возраста	Содержание учебного материала 1. 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. 2. Возможные проблемы в удовлетворении универсальных потребностей человека в преклонном возрасте.	2	ОК 01 - ОК 09, ПК 2.1, ПК 3.1, ПК 3.3, ПК 4.2, ПК 5.1, ПК 6.6, ПК 6.7.
	Практическое занятие. Дискуссионное обсуждение анатомо-физиологических и психологических аспектов старения. Выявление возможных проблем в удовлетворении универсальных потребностей стареющего человека. Понимание необходимости внесения изменений в образ жизни пожилых людей. Проведение беседы с пациентами преклонного возраста, выявление в процессе беседы изменения в состоянии важнейших органов и систем, изменения памяти, ориентации, сна, степени способности к самообслуживанию и потребности в посторонней помощи, проблем, связанных с изменением способа удовлетворения потребностей, оказание посильной помощи пациенту преклонного возраста.	4	

Тема 4.3. Организация социальной помощи населению старших возрастных групп.	Содержание учебного материала пенсионеров, дома-интернаты, дома сестринского ухода, пансионаты и санатории для пожилых людей, геронтологические территориальные центры. Поезда милосердия. Организация гериатрической помощи на дому. Патронажные группы социальной помощи одиноким при районных отделах социального обеспечения и их функции.	2	ОК 01 - ОК 09, ПК 2.1, ПК 3.1, ПК 3.3, ПК 4.2, ПК 5.1, ПК 6.6, ПК 6.7.
	Практическое занятие. Дискуссионное обсуждение социальных проблем человека преклонного возраста. Экономических и социальных аспектов одиночества, особенности формирования и оказания социальной помощи в России и на Урале. Пенсионное обеспечение, система льгот. Определение и обоснование нуждаемости в социальной помощи. Обсуждают проблемы создания безопасной среды в общественных местах, на транспорте, на улице и т.д. для людей преклонного возраста. Обосновывают значение семьи для пожилого пациента, роль общественных организаций в сохранении социальной активности. Проведение собеседования с пациентом преклонного возраста, определение его социального статуса, выявление сохранности социальных контактов, положения пациента в микросоциуме. Составляют отчет по результатам собеседования с выводами. При разборе конкретных ситуаций определяют и обосновывают нуждаемость в социальной помощи.	4	
Тема 4.4. Организация медицинской помощи населению старших возрастных групп.	Содержание учебного материала Фельдшерские услуги лицам пожилого и старческого возраста. Психологические и этические аспекты сестринской работы с пожилыми и старыми людьми Принципы эффективного общения. Фельдшерский процесс при оказании консультативной помощи по вопросам укрепления здоровья пожилых людей. Обследование удовлетворения универсальных потребностей стареющего человека с точки зрения влияния на здоровье. Оценка факторов индивидуального риска. Отношение пациента и его семьи к проблеме укрепления здоровья. Оценка потенциальных возможностей (ресурсов) пациента и его семьи для обеспечения позитивных перемен в образе жизни. Выявление препятствий для удовлетворения потребностей.	2	ОК 01 - ОК 09,
	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 вмешательств: консультации по вопросам рационального образа жизни, обеспечения печатной информацией, помощь в формировании здоровых привычек. Оценка эффективности вмешательств. Поощрение успехов пациента в оздоровлении образа жизни. Коррекция сестринских действий на основании обратной связи.		ПК 2.1, ПК 3.1, ПК 3.3, ПК 4.2, ПК 5.1, ПК 6.6, ПК 6.7.

	4. Представление о гериатрической фармакотерапии, правила безопасного лечения пожилого человека фармакологическими препаратами		
	Практическое занятие. Дискуссионное обсуждение возможностей в удовлетворении универсальных потребностей пожилых пациентов и решении их проблем со здоровьем. Теоретическое обоснование особенностей специализированного ухода с учётом анатомо-физиологических и психологических возрастных изменений, особенности способов удовлетворения универсальных потребностей. Медицинский работник как консультант по вопросам, касающимся состояния здоровья. Применение процесса в обучении пациента и его семьи правильному образу жизни. Методика обследования образа жизни пациента. Примеры возможных проблем пациента, связанных с дефицитом знаний, умений, навыков в области укрепления здоровья. Определение целей и планирование объема обучения. Реализация плана обучения. Оценка эффективности объема обучения. Обеспечение безопасности пожилого пациента в ЛПУ, в том числе особенности раздачи лекарственных средств в геронтологических отделениях. Обучение пациентов старших возрастных групп правилам приема лекарственных препаратов в домашних условиях. Работа с пациентами старших возрастов в отделениях стационара.	4	
Тема 4..5. Искусство продления жизни	Содержание учебного материала 1. 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.	1	ОК 01 – ОК 09, ПК 2.1, ПК 3.1, ПК 3.3, ПК 4.2, ПК 5.1, ПК 6.6, ПК 6.7.
	Предупреждение психотравмирующих ситуаций в межличностном общении. Интимная жизнь в пожилом возрасте. 2. 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.		

	Практическое занятие. Дискуссионное обсуждение вопросов, касающихся рационального образа жизни. Оценка образа жизни пожилого человека на примере разбора конкретных ситуаций. Мероприятия по формированию представлений о здоровом образе жизни у людей преклонного возраста. Формирование суточного меню для человека преклонного возраста в соответствии с требованиями геродиететики. Составление комплекса гимнастических упражнений, разработка плана беседы о герокосметологии, вреде курения, алкоголизме в старости. Проведение беседы с пациентами о рациональном питании и двигательной активности в старости, о значении сна и способах его регуляции, стрессе и его последствиях, о возможностях борьбы со стрессом в преклонном возрасте. Проведение беседы о личной гигиене и гигиене жилища, формировании безопасного быта. Реферативные сообщения о наиболее важных аспектах сохранения здоровья в пожилом возрасте.	4	
Тема 4.6. Медико-социальные и психологические аспекты смерти	Содержание учебного материала 1. Танатология как наука. Понятие «смерть». Классификация смерти. Медико-биологические, философские, религиозные, социально-психологические аспекты смерти. Законодательство РФ об эвтаназии. 2. Естественная смерть. Основные этапы умирания и смерти. Эмоциональные стадии горевания. Психологическая поддержка умирающего человека и его близких. Констатация смерти. Уход за телом умершего. Похороны у славянских народов России и других народов, населяющих регион. 3. Стадии траура. Общение с пережившими утрату. Практическое занятие. Дискуссионное обсуждение вопросов, касающихся смерти, этапов умирания, констатации смерти, эмоциональных этапов горевания. Оказание психологической поддержки родных и близких умирающего человека. Правила констатации смерти. Клиническая и биологическая смерть. Уход за телом умершего. Обсуждение правил общения с пережившими утрату. Стадии траура. Обсуждение проблем эвтаназии в России и за рубежом	1	ОК 01 - ОК 09, ПК 2.1, ПК 3.1, ПК 3.3, ПК 4.2, ПК 5.1, ПК 6.6, ПК 6.7.
	Промежуточная аттестация- дифференцированный зачет		
	ВСЕГО	94	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

1. Аудитории: кабинет здоровый человек и его окружение, кабинет самостоятельной работы, кабинет воспитательной работы, кабинет для проведения текущего контроля.

2. Оборудование:

- лекционные парты;
- учебные парты;
- учебные стулья;
- комплект мебели преподавателя на 1 посадочное место;
- шкаф для учебных пособий;
- аудиторная доска;
- наглядные пособия;
- кафедра;
- интерактивная доска;
- проектор;
- компьютер;

3. Технические средства: персональный компьютер имеющий выход в Интернет; мультимедийный проектор и проекционный экран, средства воспроизведения аудиоинформации.

4. Программное обеспечение: Consultant+операционная система MSWindows 7 Pro, операционная система MSWindows XPSP3, MSOffice, Kaspersky Endpoint Security, Google Chrome, OpenOffice, LibreOffice.

3.2 Информационное обеспечение обучения

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

Основная литература

1. Крюкова, Д. А. Здоровый человек и его окружение : учебное пособие / Д. А. Крюкова, Л. А. Лысак, О. В. Фурса. — Ростов-на-Дону Морозов,

2. М. А. Здоровый человек и его окружение. Здоровьесберегающие технологии : учебное пособие для спо / М. А. Морозов. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 372 с. — ISBN 978-5-8114-8315-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/174994> (дата обращения: 07.10.2022). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3. Солодовников, Ю. Л. Основы профилактики : учебное пособие для спо / Ю. Л. Солодовников. — 6-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 292 с. — ISBN 978-5-507-44285-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/223409> (дата обращения: 25.10.2022). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

4. Анализ деятельности медицинских организаций оказывающих первичную медико-санитарную помощь населению : учебное пособие / составители Н. Х. Шарафутдинова [и др.]. — Уфа : БГМУ, 2018. — 82 с. — ISBN 978-5-88185-380-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-

библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/155772> (дата обращения: 25.10.2022). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Дополнительная литература

1. Здоровый человек и его окружение. Рабочая тетрадь : учебное пособие для спо / И. Н. Водяникова, О. М. Ахметшина, Р. И. Рагимова, А. Б. Шаяхметова. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 120 с. — ISBN 978-5-8114-7109-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/155674> (дата обращения: 07.10.2022). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

2. Жирков, А. М. Здоровый человек и его окружение. Междисциплинарный подход : учебное пособие / А. М. Жирков, Г. М. Подопригора, М. Р. Цуцунава. — Санкт-Петербург : Лань, 2016. — 272 с. — ISBN 978-5-8114-1978-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/89953> (дата обращения: 07.10.2022). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы и интернет-ресурсы

1. Консультант врача: электронная медицинская библиотека. Базы и банки данных. [Электронный ресурс]. — URL: <http://rosmedlib.ru>.

2. Министерство здравоохранения и социального развития РФ [Электронный ресурс]. — URL: <http://www.minzdravsoc.ru>.

3. Центральный НИИ организации и информатизации здравоохранения [Электронный ресурс]. — URL: <http://www.mednet.ru>.

4. Википедия [Электронный ресурс]. - [ru/ wikipedia/org](http://ru.wikipedia.org) - - страницы: здоровье, здоровый образ жизни, репродуктивная система человека, половые гормоны, менструальный цикл, беременность человека, демография РФ, качество жизни, семья, ребенок: периоды и особенности развития, грудное вскармливание, роды, новорожденный, эмбрион человека, аборт,

контрацепция, старость, климакс (физиология), старение человека, смерть.

5. Национальная электронная библиотека - <https://rusneb.ru/>

6. Федеральная электронная медицинская библиотека - <https://femb.ru/>

7. ВИНТИ : реферативная база данных по естественным, точным и техническим наукам - <http://www.viniti.ru/products/viniti-database>

8. Русский медицинский сервер - <http://www.rusmedserv.com/>

3.3 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Методические указания для подготовки к лекционным занятиям

В ходе-лекций преподаватель излагает и разъясняет основные, наиболее сложные для понимания темы, а также связанные с ней теоретические и практические проблемы, дает рекомендации на семинарское занятие и указания на самостоятельную работу.

В ходе лекционных занятий необходимо:

- вести конспектирование учебного материала, обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации, положительный опыт в ораторском искусстве. Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых делать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

- задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

- дорабатывать свой конспект лекции, делая в нем соответствующие записи из литературы, рекомендованной преподавателем и предусмотренной учебной программой -в ходе подготовки к семинарам изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой, новыми публикациями в периодических изданиях журналах, газетах и т.д. При этом учесть рекомендации преподавателя и требования учебной программы.

- подготовить тезисы для выступлений по всем учебным вопросам, выносимым на семинар. Готовясь к докладу или реферативному сообщению, обращаться за методической помощью к преподавателю, составить план-конспект своего выступления, продумать примеры с целью обеспечения тесной связи изучаемой теории с реальной жизнью.

-своевременное и качественное выполнение самостоятельной работы базируется на соблюдении настоящих рекомендаций и изучении рекомендованной литературы. Студент может дополнить список использованной литературы современными источниками, не представленными в списке рекомендованной литературы, и в дальнейшем использовать собственные подготовленные учебные материалы при подготовке практических работ.

Методические указания для подготовки к практическим (семинарским) занятиям

Начиная подготовку к семинарскому занятию, необходимо, прежде всего, обратить внимание на конспект лекций, разделы учебников и учебных пособий, которые способствуют общему представлению о месте и значении темы в изучаемом курсе. Затем следует поработать с дополнительной литературой, сделать записи по рекомендованным источникам. Подготовка к семинарскому занятию включает 2 этапа:

- 1й этап - организационный;
- 2й этап - закрепление и углубление теоретических знаний.

На первом этапе студент планирует свою самостоятельную работу, которая включает:

- уяснение задания, выданного на самостоятельную работу;
- подбор рекомендованной литературы;
- составление плана работы, в котором определяются основные пункты предстоящей подготовки.

Составление плана дисциплинирует и повышает организованность в работе. Второй этап включает непосредственную подготовку студента к занятию. Начинать надо с изучения рекомендованной литературы. Необходимо помнить, что на лекции обычно рассматривается не весь материал, а только его часть. Остальная её часть восполняется в процессе самостоятельной работы. В связи с этим работа с рекомендованной

литературой обязательна. Особое внимание при этом необходимо обратить на содержание основных положений и выводов, объяснение явлений и фактов, уяснение практического приложения рассматриваемых теоретических вопросов. В процессе этой работы студент должен стремиться понять и запомнить основные положения рассматриваемого материала, примеры, поясняющие его, а также разобраться в иллюстративном материале. Заканчивать подготовку следует составлением плана (конспекта) по изучаемому материалу (вопросу). Это позволяет составить концентрированное, сжатое представление по изучаемым вопросам. В процессе подготовки к занятиям рекомендуется взаимное обсуждение материала, во время которого закрепляются знания, а также приобретается практика в изложении и разъяснении полученных знаний, развивается речь. При необходимости следует обращаться за консультацией к преподавателю. Готовясь к консультации, необходимо хорошо продумать вопросы, которые требуют разъяснения.

В начале занятия студенты под руководством преподавателя более глубоко осмысливают теоретические положения по теме занятия, раскрывают и объясняют основные положения выступления.

Записи имеют первостепенное значение для самостоятельной работы обучающихся. Они помогают понять построение изучаемого материала, выделить основные положения и проследить их логику. Ведение записей способствует превращению чтения в активный процесс, мобилизует, наряду со зрительной, и моторную память. Следует помнить: у студента, систематически ведущего записи, создается свой индивидуальный фонд подсобных материалов для быстрого повторения прочитанного, для мобилизации накопленных знаний. Особенно важны и полезны записи тогда, когда в них находят отражение мысли, возникшие при самостоятельной работе. Важно развивать умение сопоставлять источники, продумывать изучаемый материал.

Большое значение имеет совершенствование навыков конспектирования. Преподаватель может рекомендовать студентам следующие основные формы записи план(простой и развернутый), выписки, тезисы. Результаты конспектирования могут быть представлены в различных формах.

План - это схема прочитанного материала, краткий (или подробный) перечень вопросов, отражающих структуру и последовательность материала. Подробно составленный план вполне заменяет конспект.

Конспект - это систематизированное, логичное изложение материала источника. Различаются четыре типа конспектов.

План-конспект - это развернутый детализированный план, в котором достаточно подробные записи приводятся по тем пунктам плана, которые нуждаются в пояснении.

Текстуальный конспект - это воспроизведение наиболее важных положений и фактов источника.

Свободный конспект - это четко и кратко сформулированные (изложенные) основные положения в результате глубокого осмысливания материала. В нем могут присутствовать выписки, цитаты, тезисы; часть материала может быть представлена планом.

Тематический конспект составляется на основе изучения ряда источников и дает более или менее исчерпывающий ответ по какой-то схеме (вопросу).

Ввиду трудоемкости подготовки к семинару следует продумать алгоритм действий, еще раз внимательно прочитать записи лекций и уже готовый конспект по теме семинара, тщательно продумать свое устное выступление.

На семинаре каждый его участник должен быть готовым к выступлению по всем поставленным в плане вопросам, проявлять максимальную активность при их рассмотрении. Выступление должно строиться свободно, убедительно и аргументировано. Необходимо следить, чтобы выступление не

сводилось к репродуктивному уровню (простому воспроизведению текста), не допускать и простое чтение конспекта. Необходимо, чтобы выступающий проявлял собственное отношение к тому, о чем он говорит, высказывал свое личное мнение, понимание, обосновывал его и мог сделать правильные выводы из сказанного.

Выступления других обучающихся необходимо внимательно и критически слушать, подмечать особенное в суждениях обучающихся, улавливать недостатки и ошибки. При этом обратить внимание на то, что еще не было сказано, или поддержать и развить интересную мысль, высказанную выступающим студентом. Изучение студентами фактического, материала по теме практического занятия должно осуществляться заблаговременно. Под фактическим материалом следует понимать специальную литературу по теме занятия, а также по рассматриваемым проблемам. Особое внимание следует обратить на дискуссионные -теоретические вопросы в системе изучаемого вопроса: изучить различные точки зрения ведущих ученых, обозначить противоречия современного законодательства. Для систематизации основных положений по теме занятия рекомендуется составление конспектов.

Обратить внимание на:

- составление списка нормативных правовых актов и учебной и научной литературы по изучаемой теме;
- изучение и анализ выбранных источников;
- изучение и анализ практики по данной теме, представленной в информационно-справочных правовых электронных системах и др.;
- выполнение предусмотренных программой заданий в соответствии с тематическим планом;
- выделение наиболее сложных и проблемных вопросов по изучаемой теме, получение разъяснений и рекомендаций по данным вопросам с преподавателями: на их еженедельных консультациях;

- проведение самоконтроля путем ответов на вопросы текущего контроля знаний решения, представленных в учебно-методических материалах.

Методические указания по выполнению лабораторных работ

Подготовку к лабораторной работе рекомендуется проводить в следующей последовательности:

- уяснить тему и цель, предстоящей лабораторной работы;
- изучить теоретический материал в соответствии с темой лабораторной работы (рекомендуется использовать рекомендованную литературу, конспект лекций, учебное пособие (практикум по лабораторным работам);
- ознакомиться с оборудованием и материалами, используемыми на лабораторной работе (при использовании специализированного оборудования необходимо изучить порядок и правила его использования).

Вопросы, вынесенные для собеседования при защите лабораторных работ дисциплины, представлены в ФОС.

При выполнении лабораторной работы студенты должны строго соблюдать, установленные правила охраны труда.

При выполнении лабораторной работы студентам рекомендуется:

- уяснить цель, выполняемых заданий и способы их решения;
- задания, указанные в лабораторной работе выполнять в той последовательности, в которой они указаны в лабораторном практикуме;
- при выполнении практического задания и изучении теоретического материала использовать помощь преподавателя;
- оформить отчет по лабораторной работе;
- ответить на контрольные вопросы.

При подготовке к защите лабораторной работы студентам рекомендуется:

- подготовить отчет по лабораторной работе;

- подготовить обоснование, сделанных выводов;
- закрепить знания теоретического материала по теме лабораторной работы (рекомендуется использовать контрольные вопросы);
- знать порядок проведения расчетов (проводимых исследований);
- уметь показать и пояснить порядок исследований при использовании специализированного оборудования.

Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины для самостоятельной работы

Методика организации самостоятельной работы студентов зависит от структур; характера и особенностей изучаемой дисциплины, объема часов на ее изучение, I заданий для самостоятельной работы студентов, индивидуальных особенностей студентов и условий учебной деятельности.

При этом преподаватель назначает студентам варианты выполнения самостоятельной работы, осуществляет систематический контроль выполнения студентами графика самостоятельной работы, проводит анализ и дает оценку выполненной работы.

Самостоятельная работа обучающихся осуществляется в аудиторной внеаудиторной формах. Самостоятельная работа обучающихся в аудиторное время может включать:

- конспектирование (составление тезисов) лекций, выполнение контрольных работ
- работу со справочной и методической литературой;
- работу с нормативными правовыми актами;
- выступления с докладами, сообщениями на семинарских занятиях;
- защиту выполненных практических работ;
- участие в оперативном (текущем) опросе по отдельным темам изучаемой дисциплины;
- участие в беседах, деловых (ролевых) играх, дискуссиях, круглых столах, конференциях;

- участие в тестировании и др.

Самостоятельная работа обучающихся во внеаудиторное время может состоять

- повторения лекционного материала;
- подготовки к семинарам (практическим занятиям);
- изучения учебной и научной литературы;
- выполнения практических заданий;
- подготовки к контрольным работам, тестированию и т.д.;
- подготовки к семинарам устных докладов (сообщений);
- подготовки рефератов, эссе и иных индивидуальных письменных работ заданию преподавателя;
- выделение наиболее сложных и проблемных вопросов по изучаемой теме, получение разъяснений и рекомендаций по данным вопросам с преподавателями на еженедельных консультациях;
- проведение самоконтроля путем ответов на вопросы текущего контроля знаний.

Методическое указание по применению электронного обучения и дистанционных технологий при освоении дисциплины.

Дистанционные образовательные технологии применяются при изучении дисциплин в очно, очно-заочной и заочной формах обучения.

Освоение учебной дисциплины в очной форме обучения с применением дистанционных образовательных технологий применяется в случае установления карантинных мер, в связи со сложившимся сложной санитарно-эпидемиологической обстановкой или иным основанием в виду обстоятельств неопределенной силы. Занятия лекционного типа проводятся с использованием открытых онлайн-курсов, лекций в режиме онлайн конференции с контрольными вопросами для самостоятельной работы.

Практические занятия проводятся с использованием видео уроков, презентаций и виртуальных аналогов приборов, оборудования, иных средств обучения используемых в соответствии с содержанием учебного материала.

Семинарские занятия проводятся в режиме видео-конференции с использованием контрольных заданий, контрольных работ, позволяющих закрепить полученные теоретические знания.

Лабораторные занятия проводятся с использованием открытых онлайн-курсов и виртуальных аналогов приборов, оборудования и иных средств обучения позволяющих изучить теоретический материал и практические навыки с помощью экспериментального подтверждения.

Для материально-технического обеспечения освоения учебной дисциплины с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий используется ZOOM, WatsApp, Discord, образовательных платформ «Система дистанционного обучения SDO.roanonic.ru », базы данных ЭБС «Лань», «IPRbooks»

При использовании дистанционных образовательных технологий обучающиеся переводятся на обучения по индивидуальному учебному плану в котором указаны трудоемкость, последовательность изучения дисциплин (модулей), виды учебной деятельности (лекции, практические занятия, семинарские занятия, лабораторные занятия, самостоятельная работа), формы промежуточной аттестации, определяющие порядок освоения основной образовательной программы с использованием дистанционных образовательных технологий.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
знания: 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.	Оценка «отлично» выставляется, если студент показывает полное знание и усвоение материала учебной дисциплины с другими дисциплинами профессиональной деятельности, основной литературы, рекомендованной программой учебной дисциплины, знание дополнительной литературы, способность к самостоятельному пополнению и обновлению знаний. Оценки «хорошо» Заслуживает студент, показавший полное знание основного материала учебной дисциплины, знание основной литературы и знакомство с дополнительной литературой, рекомендованной рабочей программой, способность к пополнению и обновлению знаний. Оценки «удовлетворительно» заслуживает студент, показавший при ответе знание основных положений учебной дисциплины, допустивший отдельные погрешности и сумевший устранить их с помощью преподавателя, знакомый с основной литературой, рекомендованной рабочей программой. Оценка «неудовлетворительно» если при ответе выявились существенные недостатки в знаниях студента основных положений учебной дисциплины, неумение даже с помощью преподавателя сформулировать правильные ответы на вопросы билета.	Тестирование, индивидуальный и групповой опрос, решение ситуационных задач, дифференцированный зачет Экспертная оценка выполнения практических заданий
умения -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;	Оценки «удовлетворительно» заслуживает студент, показавший при ответе знание основных положений учебной дисциплины, допустивший отдельные погрешности и сумевший устранить их с помощью преподавателя, знакомый с основной литературой, рекомендованной рабочей программой. Оценка «неудовлетворительно» если при ответе выявились существенные недостатки в знаниях студента основных положений учебной дисциплины, неумение даже с помощью преподавателя сформулировать правильные ответы на вопросы билета.	Экспертная оценка выполнения практических заданий

5. АДАПТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРИ ОБУЧЕНИИ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Адаптация рабочей программы дисциплины ОП. 07 Здоровый человек и его окружение проводится при реализации адаптивной образовательной программы - программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 31.02.01 Лечебное дело в целях обеспечения права инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья на получение профессионального образования, создания необходимых для получения среднего профессионального образования условий, а также обеспечения достижения обучающимися инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья результатов формирования практического опыта.

Оборудование кабинета для обучающихся с различными видами ограничения здоровья

Оснащение кабинета должно отвечать особым образовательным потребностям обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. Кабинеты должны быть оснащены оборудованием и учебными местами с техническими средствами обучения для обучающихся с различными видами ограничений здоровья.

Кабинет, в котором обучаются лица с нарушением слуха, должен быть оборудован радиоклассом, компьютерной техникой, аудиотехникой, видеотехникой, электронной доской, мультимедийной системой.

Для слабовидящих обучающихся в кабинете предусматриваются просмотр удаленных объектов при помощи видеоувеличителей для удаленного просмотра. Использование Брайлевской компьютерной техники, электронных луп, программ невизуального доступа к информации, технических средств приема-передачи учебной информации в доступных формах.

Для обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата кабинет должен быть оборудован передвижными регулируемые партами с источником питания.

Вышеуказанное оснащение устанавливается в кабинете при наличии обучающихся по адаптированной образовательной программе с учетом имеющегося типа нарушений здоровья у обучающегося.

Информационное и методическое обеспечение обучающихся

Доступ к информационным и библиографическим ресурсам, указанным в п.3.2 рабочей программы, должен быть представлен в формах, адаптированных к ограничениям здоровья обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья:

Для лиц с нарушениями зрения (не менее двух видов):

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла;
- в печатной форме на языке Брайля. Для лиц с нарушениями слуха:
- в печатной форме;
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата (не менее двух видов):

- в печатной форме;
- в форме электронного документа;
- в форме аудио файла.

Для лиц с нервно-психическими нарушениями (расстройства аутистического спектра, нарушение психического развития):

- использование текста с иллюстрациями;
- мультимедийные материалы.

Во время самостоятельной подготовки обучающиеся инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья должны быть обеспечены доступом к сети Интернет.

Формы и методы контроля и оценки результатов обучения

Формы и методы контроля проводятся с учетом ограничения здоровья обучающихся. Целью текущего контроля является своевременное выявление

затруднений и отставания, обучающегося с ограниченными возможностями здоровья и внесение коррективов в учебную деятельность.

Форма промежуточной аттестации устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.).

При проведении промежуточной аттестации обучающемуся предоставляется время на подготовку к ответу, увеличенное не более чем в три раза, установленного для подготовки к ответу обучающимся, не имеющим ограничений в состоянии здоровья.