образовательное учреждение высшего образования
«Самарский государственный медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации
(ФГБОУ ВО СамГМУ Минздрава России)

СОГЛАСОВАНО
Проректор по учебно-
методической работе и связям с
общественностью
профессор Т.А. Федорина

«01» 06 2016 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор, председатель
Ученого совета Института
сестринского образования
профессор Л.А. Карасева

«02» 06 2016 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ЦИКЛА

ОП.01 Здоровый человек и его окружение

специальности 31.02.01 Лечебное дело

Квалификация выпускника – фельдшер

Форма обучения - очная

СОГЛАСОВАНО
Председатель методической
комиссии по СПО
Института
сестринского образования
профессор С.И. Двойников

«31» 05 2016 г.

Программа рассмотрена и
одобрена на заседании
кафедры (протокол № 10,
«31» 05 2016)
Заведующий кафедрой,
профессор С.И. Двойников

«31» 05 2016г.

Самара 2016

Рабочая программа учебной дисциплины «Здоровый человек и его окружение» разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 31.02.01 Лечебное дело, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 514 от 12.05.2014 г.

Разработчики: сотрудники кафедры сестринского дела СамГМУ.

СОДЕРЖАНИЕ

1.ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

4.КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ЗДОРОВЫЙ ЧЕЛОВЕК И ЕГО ОКРУЖЕНИЕ»

1.1. Область применения рабочей программы

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 31.02.01 «Лечебное дело».

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

Учебная дисциплина относится к общепрофессиональным дисциплинам профессионального цикла основной профессиональной образовательной программы.

1.3. Цели и задачи учебной дисциплины - требования к результатам освоения учебной 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.

1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 225 часов,
в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 150 часов;
из них практические занятия 100 часов;
самостоятельной работы обучающегося 75 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	***Объем часов***
Максимальная учебная нагрузка (всего)	*225*
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	*150*
в том числе:	
практические занятия	*100*
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	*75*
Итоговая аттестация в форме экзамена	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Здоровый человек и его окружение»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект) *(если предусмотрены)*	Объем часов	Уровень освоения
1	2	**3**	**4**
Раздел 1. Здоровье. Потребности человека. Рост и развитие			
Тема 1.1. Общественное здоровье и здравоохранение	Содержание учебного материала	*2*	
	Основные понятия, факторы риска, показатели оценки. Демографическая ситуация в России, регионе. Роль среднего медперсонала персонала в сохранении и укреплении здоровья, в организации медицинской профилактики.		*2*
	Практические занятия Проведение оценки демографической ситуации в России, районе профессиональной деятельности.	*2*	*2*
	Самостоятельная работа обучающихся. Расчет демографических показателей (рождаемость, смертность, естественный прирост), их оценка и анализ.	*3*	
Тема 1.2. Концепции здоровья	Содержание учебного материала.	*2*	
	Понятия: «здоровье», «образ жизни», «качество жизни». Факторы, влияющие на здоровье. Факторы риска болезни. Центр здоровья. Школа здоровья.		*2*
	Практические занятия Выявление и оценка факторов, влияющих на здоровье.	*2*	
	Самостоятельная работа обучающихся Выявление факторов, влияющих на здоровье человека (на примере конкретных ситуаций).	*3*	*2*
Тема 1.3. Потребности человека в разные возрастные периоды	Содержание учебного материала		
	Понятия: «потребности человека», «возраст», «возрастные периоды», «хронологический возраст», «биологический возраст» и «юридический возраст». Основные потребности человека в разные возрастные периоды.	*4*	
	Практические занятия Определение возраста человека. Изучение потребностей человека.	*6*	*2*
	Самостоятельная работа обучающихся Определение универсальных потребностей человека.	*3*	
Тема 1.4. Рост и развитие	Содержание учебного материала		
	Понятия: «рост» и «развитие». Основные закономерности роста и развития человека. Характеристика роста и развития в разные возрастные периоды.	*4*	*2*
	Практические занятия Изучение основных закономерностей роста и развития человека в разные возрастные периоды.	*6*	
	Самостоятельная работа обучающихся Рефераты на темы, касающиеся теорий развития человека.	*4*	*2*

Внутриутробный период и период новорожденности	Внутриутробный период и период новорожденности: закономерности роста и развития человека во внутриутробном периоде; анатомо-физиологические особенности новорожденного; потребности новорожденного; основные проблемы периода новорожденности.	*6*	*1*
	Практические занятия 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.	*12*	*2*
	Самостоятельная работа обучающихся Составление планов патронажей (дородовых; новорожденных) Составление планов обучения уходу за новорожденным. Составление плана беседы по поддержке грудного вскармливания.	*6*	
Тема 2.2. Период грудного возраста	Содержание учебного материала		
	Анатомо-физиологические особенности, рост и развитие ребенка грудного возраста; универсальные потребности ребенка, способы их удовлетворения. Возможные проблемы.	*6*	*2*
	Практические занятия 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.	*12*	*3*
	Самостоятельная работа обучающихся Составление планов обучения составлению режима дня и питания. Составление планов обучения поддержанию безопасности ребенка грудного возраста.	*6*	
Тема 2.3. Период преддошкольного и	Содержание учебного материала		
	Анатомо-физиологические особенности, рост и развитие ребенка грудного возраста; универсальные потребности ребенка, способы их удовлетворения. Возможные проблемы.	*2*	
Раздел 2. Здоровье детей			
Тема 2.1.	Содержание учебного материала		

дошкольного возраста		Практические занятия 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, связанных 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 окружение ребенка принципам создания безопасной окружающей среды для детей преддошкольного и дошкольного возраста.	*6*	*2* *2,3*
	Самостоятельная работа обучающихся Составление планов обучения составлению режима дня и питания.		*4*	

	Составление планов обучения поддержанию безопасности ребенка. Составление планов бесед с родителями о подготовке детей к посещению дошкольного учреждения, школы.		
Тема 2.4. Период младшего школьного возраста	Содержание учебного материала		
	Анатомо-физиологические особенности, рост и развитие ребенка младшего школьного возраста; универсальные потребности, способы их удовлетворения. Возможные проблемы. Принципы создания безопасной окружающей среды для детей младшего школьного возраста.	*2*	*2*
	Практические занятия 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 закачивания, основным гимнастическим комплексам.	*6*	*2,3*
	Самостоятельная работа обучающихся Составление планов обучения рациональному и адекватному питанию. Составление планов обучения поддержанию адекватной двигательной активности. Составление планов обучения поддержанию безопасности. _____	*4*	
Тема 2.5. Период старшего школьного возраста (подростковый, пубертатный)	Содержание учебного материала		
	Анатомо-физиологические особенности, рост и развитие ребенка старшего школьного возраста. Универсальные потребности ребенка, способы их удовлетворения. Возможные проблемы.	*2*	*2*
	Практические занятия 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.	*6*	*2,3*
	Самостоятельная работа обучающихся Составление планов обучения рациональному и адекватному питанию. Составление планов обучения поддержанию адекватной двигательной активности. Составление планов обучения поддержанию безопасности. Составление планов бесед с детьми старшего школьного возраста и их родителями о выборе профессии. Составление планов бесед о профилактике вредных привычек.	*4*	
Раздел 3.			
Тема 3.1. Период юношеского возраста	Содержание учебного материала: Анатомо-физиологические, психологические и социальные особенности человека юношеского возраста. Основные потребности, способы их удовлетворения. Возможные проблемы.	*2*	*2*
	Практические занятия Обучение выявлению ситуаций повышенного риска и оказанию поддержки при их развитии. Выявление проблем, связанных с дефицитом знаний, умений и навыков, связанных дефицитом знаний, умений и навыков в области укрепления здоровья. Составление рекомендаций по адекватному и рациональному питанию, двигательной активности, правильному режиму дня, принципам создания безопасной окружающей среды, поддержанию здорового	*6*	*2,3*

	образа жизни.		
	Самостоятельная работа обучающихся Составление планов обучения рациональному и адекватному питанию.	*4*	

	Составление планов обучения поддержанию адекватной двигательной активности. Составление планов обучения поддержанию безопасности.		
Тема 3.2. Особенности мужского и женского организмов в зрелом возрасте	Содержание учебного материала		
	Анатомо-физиологические, психологические и социальные особенности и различия мужчин и женщин зрелого возраста. Универсальные потребности человека зрелого возраста, способы их удовлетворения. Возможные проблемы.	*4*	*1,2*
	Практические занятия Выявление проблем, связанных с дефицитом знаний, умений и навыков, связанных дефицитом знаний, умений и навыков в области укрепления здоровья. Составление рекомендаций по адекватному и рациональному питанию, двигательной активности, правильному режиму дня. Обучение принципам создания безопасной окружающей среды, принципам здорового образа жизни.	*6*	*2*
	Самостоятельная работа обучающихся Составление планов обучения рациональному и адекватному питанию. Составление планов обучения поддержанию адекватной двигательной активности. Составление планов обучения поддержанию безопасности.	*4*	
Тема 3.3. Здоровье семьи	Содержание учебного материала		
	Понятие семьи. Типы, этапы жизненного цикла, основные функции семьи. Характеристика основных функций семьи. Права членов семьи. Значение семьи в жизни человека. Возможные медико-социальные проблемы семьи. Планирование беременности. Последствия искусственного прерывания беременности.	*4*	*1,2*
	Практические занятия 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.	*6*	*2*
	Самостоятельная работа обучающихся Эссе на темы влияния семьи на здоровье человека.	*4*	
Тема 3.4. Период беременности и родов	Содержание учебного материала		
	Анатомо-физиологические, психологические и социальные особенности беременной. Процесс оплодотворения и развития плодного яйца. Признаки беременности. Влияние вредных факторов на развитие эмбриона и плода. Дородовые патронажи.	*4*	*2*
	Практические занятия 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.	*12*	*2,3*
	Самостоятельная работа обучающихся Составление планов дородовых патронажей. Составление планов обучения питанию, безопасному поведению беременной, подготовке к родам.	*6*	
Тема 3.5.	Содержание учебного материала		

Климактерический период	Понятия «климакс», «климактерический период», «пременопауза», «менопауза», «постменопауза». Причины возникновения климакса. Изменения, происходящие в организме женщины и мужчины в климактерическом периоде. Особенности протекания климактерического периода у женщин и мужчин. Возможные проблемы женщин и мужчин в течение климактерического периода и пути их решения.	*2*	*2*
	Практические занятия Обучение выявлению факторов, влияющих на патологическое течение климакса, проблем человека в климактерическом периоде. Составление рекомендаций женщине и мужчине в климактерическом периоде по режиму дня, питанию, гигиене, поддержанию безопасности.	*6*	*2*
	Самостоятельная работа обучающихся Составление рекомендаций по питанию, режиму дня, гигиене человека в климактерическом периоде.	*4*	
Раздел 4. Здоровье лиц пожилого и старческого возраста			
Тема 4.1. Здоровье лиц пожилого и старческого возраста	Содержание учебного материала		*1,2*
	Понятия «геронтология», «старость», «старение». Основные гипотезы старения. Анатомо-физиологические и психологические особенности лиц пожилого и старческого возраста. Проблемы, возникающие при старении, в том числе связанные.с изменением возможности удовлетворять универсальные потребности, способы их решения.	*4*	
	Практические занятия Обучение выявлению проблем, связанных с дефицитом знаний, умений и навыков в области укрепления здоровья, а также возникающих при старении из-за изменения возможности удовлетворять универсальные потребности. Определение способов решения проблем, в том числе медико-социальных, лиц пожилого и старческого возраста. Составление рекомендаций по адекватной физической нагрузке, рациональному режиму дня, обеспечению безопасности окружающей среды для людей пожилого и старческого возраста. Обучение оказанию помощи пожилому человеку и его окружению при нарушениях зрения и слуха.	*6*	*2*
	Самостоятельная работа обучающихся Составление планов обучения поддержанию безопасности пожилого человека. Составление планов обучения рациональному и адекватному питанию пожилого человека. Составление планов обучения поддержанию адекватной двигательной активности пожилого человека. Составление рекомендаций по решению проблем пожилого человека. Составление плана обучения помощи пожилому человеку при нарушениях слуха, зрения.	*4*	
	Всего:	**225**	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1.Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета «Основ профилактики» и рабочих мест кабинета:

- весы горизонтальные и напольные (для измерения массы тела детей и взрослых)
- ростомеры горизонтальные и вертикальные (для измерения массы тела детей и взрослых)
- пеленальный стол
- средства ухода и одежда для детей первого года жизни
- сантиметровая лента
- таблицы, схемы, структуры, диаграммы
- презентации
- медицинская документация
- методические пособия, рекомендации для обучающихся
- холодильник для хранения препаратов для иммунопрофилактики

- муляжи, фантомы Технические средства обучения:
- компьютер
- мультимедийный проектор (интерактивная доска)
- мультимедийный проектор или интерактивная доска
- интерактивная или классная доска (меловая или маркерная), мел или маркеры
- экран (при отсутствии интерактивной доски)

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Крюкова, Д. А.Здоровый человек и его окружение [Текст] : учеб. пособие для студентов образ. учреждений сред. проф. образ., обучающ. по мед.спец. / Д. А. Крюкова, Л. А. Лысак, О. В. Фурса. - 7-е изд. - Ростов н/Д : Феникс, 2010. - 382 с. - (Среднее проф. образование). - http://www.studentlibrary.ru/book ISBN 978-5-222-16438-9

2. Кожин, А. А. Здоровый человек и его окружение [Текст] : учебник для студентов образ.учрежд. сред. проф. образ. / А. А. Кожин, В. Р. Кучма, О. В. Сивочалова. - 2-е изд., стер. - М. : Академия, 2008. - 256 с. - (Среднее профессиональное образование. Здравоохранение). http://www.studentlibrary.ru/book ISBN 978-5-7695-4815-4 : 363-00.

Дополнительные источники:

1. **Тульчинская, В.Д.** Здоровый ребенок :Учеб.пособие для сред.мед.учреждений / В. Д. Тульчинская. - 4-е изд.,стер. -

Ростов н/Д : Феникс, 2009. - 348с. - (Медицина). - http://www.studentlibrary.ru/book ISBN 978-5-222-15956-9 :

2. Охрана здоровья детей и подростков [Текст] : учеб.пособие для средних мед. работников / под ред. З. Е. Сопиной. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2009. - 363 с. - http://www.studentlibrary.ru/book ISBN 978-5-9704-1171-1 : 300-00.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	**Формы и методы контроля и оценки результатов обучения**
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 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	Анализ выполнения заданий для самостоятельной работы. Наблюдение и оценка демонстрации обучающимися практических умений. Решение заданий в тестовой форме. Экзамен в форме решения заданий в тестовой форме и демонстрации практических умений.