

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Кудрявцев Максим Геннадьевич  
Должность: Проректор по образовательной деятельности  
Дата подписания: 10.06.2026 14:03:55  
Уникальный идентификатор документа: 790a1a8d5171441a01784307a331

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ МИНИСТЕРСТВА СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ  
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ НАРОДНОГО  
ХОЗЯЙСТВА  
ИМЕНИ В.И. ВЕРНАДСКОГО»  
(Университет Вернадского)  
Колледж**

Принято Ученым советом  
Университета Вернадского  
«26» марта 2026 г. протокол № 8



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
ОП.08 ЗДОРОВЫЙ ЧЕЛОВЕК И ЕГО ОКРУЖЕНИЕ**

Специальность **31.02.01 Лечебное дело**

На базе **основного общего образования**

Форма обучения **очная**

Курс **2 семестр 4**

**Балашиха, 2026 г.**

## **Рабочая программа дисциплины ОП.08 Здоровый человек и его окружение – МО: РГУНХ им. Вернадского, 2026.**

Рабочая программа дисциплины ОП.08 Здоровый человек и его окружение разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 31.02.01 Лечебное дело, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 4 июля 2022 года № 526, зарегистрирован в Министерстве юстиции Российской Федерации 05 августа 2022 года, регистрационный № 69542 и учебного плана.

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>4</b>
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>5</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>27</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>29</b>

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## «ОП.08 Здоровый человек и его окружение»

### Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОП.08 Здоровый человек и его окружение является обязательной частью общепрофессионального цикла примерной 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 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05.

### 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 02 ОК 03 ОК 04 ОК 05 ПК 4.1 ПК4.2 ПК 4.3 ПК 4.4 ПК 6.5. ПК 6.6	уметь: проводить сбор медицинской информации, выявлять факторы риска и проблемы со здоровьем, обусловленные образом жизни обеспечивать печатной информацией о здоровом образе жизни все социальные и возрастные группы населения проводить индивидуальные беседы по планированию семьи, личной гигиене, гигиене труда и отдыха, рациональному питанию мотивировать пациента на здоровый образ жизни или его изменение, на улучшение качества жизни информировать о возможности получения гражданами набора социальных услуг, предусмотренных законом организовать (проводить) обучение в школах здоровья для подростков, молодых родителей, лиц старших возрастных групп, для пациентов с гипертонической болезнью, сахарным диабетом и другими хроническими неинфекционными заболеваниями соблюдать санитарно-эпидемиологические правила и нормативы (санитарные правила) медицинской организации обеспечивать личную и общественную безопасность при	знать: здоровый образ жизни как основа профилактики заболеваний, сохранения и укрепления здоровья факторы, способствующие сохранению здоровья: гигиена труда и отдыха, рациональное питание, оптимальный двигательный режим, умение справляться со стрессом, закаливание, здоровая сексуальность, личная гигиена и гигиена окружающей среды факторы, пагубно влияющие на здоровье (злоупотребление спиртными напитками, наркотическими и другими психотропными средствами, курение табака, избыточное употребление пищи, гиподинамия, некоторые этнические и религиозные обряды, обычаи, экология) заболевания, обусловленные образом жизни человека организация обучения в школах здоровья для подростков, молодых родителей, лиц старших возрастных групп, для пациентов с гипертонической болезнью, сахарным диабетом и другими хроническими неинфекционными заболеваниями требования к ведению медицинской

	<p>обращении с медицинскими отходами в местах их образования использовать установленные правила и процедуры профессиональных коммуникаций фельдшера в интересах ребёнка и семьи устанавливать профессиональный контакт с детьми разного возраста, их родителями, законными представителями проводить первичный патронаж и динамическое наблюдение новорождённого на основе стандартов медицинской помощи в педиатрии проводить обучение уходу за новорождённым и грудному вскармливанию консультирование родителей и детей по вопросам сохранения здоровья, взросления, здорового образа жизни осуществлять мониторинг физического и нервно-психического развития здорового ребёнка проводить консультирование по вопросам планирования семьи и репродуктивного здоровья, в том числе подростков. проводить диагностику беременности проводить медицинский осмотр беременных женщин 1 проводить занятия в группах психопрофилактической подготовки беременных и семьи к родам соблюдать санитарно-эпидемиологические правила и нормативы (санитарные правила) медицинской организации акушерского профиля</p>	<p>документации, учета и отчетности по виду деятельности фельдшера технологии выполнения простых медицинских услуг, манипуляции сестринского ухода (отраслевой стандарт) национальный календарь профилактических прививок и календарь профилактических прививок по эпидемическим показаниям анатомо-физиологические и психологические особенности детей, показатели жизнедеятельности в разные возрастные периоды правила и принципы мониторинга физического и нервно-психического развития здорового ребёнка принципы организации рационального питания детей раннего возраста, а также детей, воспитывающихся и обучающихся в образовательных учреждениях система охраны здоровья матери и ребенка, семьи и репродуктивного здоровья в здравоохранении правила и принципы консультирования по вопросам охраны и укрепления репродуктивного здоровья, планирования семьи применение современных методов профилактики абортов этапность оказания и стандарты оказания медицинской помощи женщинам в период беременности и в послеродовом периоде 1 порядок диспансерного наблюдения женщин в период беременности порядок и правила физической и психопрофилактической подготовки беременных женщин к родам, в том числе подготовки семьи к рождению ребенка</p>
--	---	---

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем в часах</b>
<b>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b>	<b>42</b>
<b>в т.ч. в форме практической подготовки</b>	<b>28</b>
в т. ч.:	
теоретическое обучение	
практические занятия (если предусмотрено)	28
Самостоятельная работа	14
<b>Промежуточная аттестация (4 семестр - зачет)</b>	<b>-</b>

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч. / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч.	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
<b>Раздел 1. Здоровье. Потребности человека. Рост и развитие</b>			
<b>Тема 1.1. Общественное здоровье и здравоохранение. Потребности человека в разные возрастные периоды. Рост и развитие.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		ОК 01. ОК 02. ОК 03. ОК 04. ОК 05. ПК 4.4.
	<p>Роль сестринского персонала в сохранении и укреплении здоровья, в организации медицинской профилактики.</p> <p>Понятия: «здоровье», «образ жизни», «качество жизни». Понятие о группах здоровья. Критерии здоровья.</p> <p>Факторы, влияющие на здоровье. Факторы риска болезни. Центр здоровья. Школа здоровья</p> <p>Понятия: «универсальные потребности человека», «возраст», «возрастные периоды», «хронологический возраст», «биологический возраст» и «юридический возраст». Основные потребности человека в разные возрастные периоды.</p> <p>Понятия: «рост» и «развитие». Факторы, оказывающие воздействие на рост и развитие.</p> <p>Основные закономерности роста и развития человека.</p> <p>Характеристика роста и развития в разные возрастные периоды.</p> <p>Особенности сбора информации в разные возрастные периоды человека.</p>		
	<b>В том числе практических занятий</b>	-	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся*</b>	-	
	<b>Раздел 2. Здоровье детей</b>		
<b>Тема 2.1.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	ОК 01. ОК 02.

<b>Внутриутробный период. Доношенный новорожденный</b>	<p>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.</p> <p>Период новорожденности (неонатальный), его характеристика. Анатомо-физиологические особенности доношенного новорожденного ребенка. Признаки доношенности новорожденного ребенка. Оценка общего состояния по шкале Апгар.</p> <p>Организация ухода за новорожденным ребенком. Первое прикладывание к груди. 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.</p> <p>Понятие о первичном патронаже к новорожденному. Сроки и цели.</p>		<p>ОК 03. ОК 04. ОК 05. ПК 4.1. ПК4.2. ПК 4.3. ПК 4.4. ПК 6.5. ПК 6.6.</p>
	<b>В том числе практических занятий</b>	<b>2</b>	
	<p>Практическое занятие №1</p> <p>Выявление факторов, влияющих на эмбриональное развитие, здоровье плода.</p> <p>Выявление проблем, связанных с дефицитом знаний, умений и навыков, в области укрепления здоровья.</p> <p>Обучение поддержке грудного вскармливания.</p> <p>Выявление основных потребностей новорожденного и способы их удовлетворение.</p> <p>Обучение правилам кормления грудью, уходу за новорожденным.</p> <p>Осуществление ухода за новорожденным ребенком. Обучение проведению навыков ухода (первичный туалет новорожденного, обработка пупочной ранки, проведение утреннего туалета, купание, подмывание новорожденного).</p> <p>Проведение оценки состояния новорожденных по шкале Апгар.</p> <p>Ознакомление с правилами вакцинации новорожденного (против гепатита В, туберкулеза и проведения неонатального скрининга)</p> <p>Ознакомление с правилами санитарно-гигиенического и противоэпидемического режимов в физиологическом отделении</p>		

	<p>новорожденных, требованиях к персоналу Составление планов патронажей новорожденных. Оформление медицинской документации (история развития новорожденного, первый патронаж к новорожденному)</p>		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся*</b>	-	
<b>Тема 2.2. Недоношенный новорожденный</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	<p>ОК 01. ОК 02. ОК 03. ОК 04. ОК 05. ПК 4.1. ПК4.2. ПК 4.3. ПК 4.4. ПК 6.5. ПК 6.6.</p>
	<p>Понятие о недоношенном ребенке. Причины недоношивания беременности. Анатомо-физиологические особенности органов и систем недоношенного новорожденного. Признаки недоношенности. Степени 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. Вскармливание недоношенных. Критерии готовности к выписке из роддома недоношенного ребенка.</p>		
	<b>В том числе практических занятий</b>	<b>2</b>	
	<p>Практическое занятие №2 Выявление основных проблем недоношенного новорожденного. Обучение методам ухода за недоношенным ребенком. Обучение проведению навыков ухода за недоношенным ребенком ( расчет разовой и суточной дозы пищи, способы кормления, режим кормления, способы согревания, борьба с ателектазами, пользование кувезом, кормление через зонд). Правила проведения вакцинации недоношенных.</p>		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся*</b>	-	
<b>Тема 2.3. Период грудного возраста. Анатомо- физиологические особенности ребёнка грудного возраста. Нервно-психическое и физическое</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	<p>ОК 01. ОК 02. ОК 03. ОК 04. ОК 05. ПК 4.1. ПК4.2.</p>
	<p><b>Содержание учебного материала.</b> 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.</p>		

<b>развитие ребёнка грудного возраста</b>	Основные универсальные потребности ребенка периода младенчества и способы их удовлетворения. Возможные проблемы. Факторы, создающие опасную окружающую среду. Значение режима и воспитания для удовлетворения потребностей ребенка. Значение физического воспитания, закаливания, массажа для здоровья и развития ребенка первого года жизни.		ПК 4.4. ПК 6.5. ПК 6.6.
	<b>В том числе практических занятий</b>	<b>2</b>	
	Практическое занятие №3 Проведение антропометрических измерений и оценка полученных результатов. Оценка физического развития детей грудного возраста. Оценка нервно-психического развития. Выявление проблем, связанных с дефицитом знаний, умений и навыков в области укрепления здоровья. Составление рекомендаций по закаливанию ребенка. 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. Оформление медицинской документации (история развития ребёнка)		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся*</b>	-	
<b>Тема 2.4. Особенности вскармливания детей грудного возраста. Понятие о вакцинации</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>1</b>	ОК 01. ОК 02. ОК 03. ОК 04. ОК 05. ПК4.2. ПК 4.3. ПК 6.6.
	Особенности процесса пищеварения у новорожденных и детей периода младенчества. Виды вскармливания. Гипогалактия, ее причины и ее профилактика. Режимы кормления детей грудного возраста. Сроки и правила введения новых продуктов, прикормов. Формулы для расчета разового и суточного количества пищи для детей первого года жизни. Профилактика детских инфекционных заболеваний у детей периода младенчества. Понятие о вакцинации ребенка первого года жизни.		
	<b>В том числе практических занятий</b>	<b>1</b>	
	Практическое занятие №4		

	<p>Выявление проблем, связанных с дефицитом знаний, умений и навыков в области укрепления здоровья.</p> <p>Обучение родителей и окружение ребенка правилам и технике кормления детей.</p> <p>Составление примерного меню для ребенка грудного возраста при разных видах вскармливания.</p> <p>Отработка манипуляций (кормление из бутылочки, из ложечки, контрольное кормление).</p> <p>Знакомство с национальным календарём профилактических прививок.</p>		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся*</b>	-	
<b>Тема 2.5. Период преддошкольного и дошкольного возраста</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>1</b>	ОК 01. ОК 02. ОК 03. ОК 04. ОК 05. ПК 4.1. ПК 4.2. ПК 4.3. ПК 4.4. ПК 6.5. ПК 6.6.
	<p>Характеристика преддошкольного, дошкольного возраста.</p> <p>Анатомо-физиологические особенности органов и систем в этих периодах, рост и развитие ребенка преддошкольного и дошкольного возраста.</p> <p>Универсальные потребности ребенка этого возраста и способы их удовлетворения, возможные проблемы.</p> <p>Физическое, нервно-психическое и социальное развитие ребенка преддошкольного и дошкольного возраста.</p> <p>Питание ребенка старше 1 года.</p> <p>Социальная адаптация ребенка.</p> <p>Подготовка к поступлению в детское дошкольное учреждение и в школу. Факторы риска.</p> <p>Профилактика детских инфекционных заболеваний у детей преддошкольного и дошкольного возраста.</p>		
	<b>В том числе практических занятий</b>	<b>1</b>	
	<p>Практическое занятие №5</p> <p>Проведение антропометрических измерений и оценка полученных результатов.</p> <p>Оценка физического и нервно-психического развития. Составление примерного меню, рекомендаций по режиму дня, выбору игрушек, игровых занятий для детей преддошкольного и дошкольного возраста.</p> <p>Выявление проблем, связанных с дефицитом знаний, умений и навыков в области укрепления здоровья.</p>		

	<p>Составление рекомендаций по адаптации в детском дошкольном учреждении.</p> <p>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.</p> <p>Оформление медицинской документации (Форма N 026/у-2000 "Медицинская карта ребенка для образовательных учреждений дошкольного, начального общего, основного общего, среднего (полного) общего образования, учреждений начального и среднего профессионального образования, детских домов и школ-интернатов")</p>		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся*</b>	-	
<p><b>Тема 2.6.</b> <b>Период школьного возраста</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p> <p>Анатомо-физиологические особенности, рост и развитие ребенка младшего школьного возраста;</p> <p>Характеристика периода младшего школьного возраста.</p> <p>Анатомо-физиологические особенности органов и систем в этот период. Физическое, половое, нервно-психическое и социальное развитие.</p> <p>Универсальные потребности, способы их удовлетворения. Возможные проблемы. Принципы создания безопасной окружающей среды для детей младшего школьного возраста.</p> <p>Значение физического воспитания для здоровья ребенка. Факторы риска и безопасности.</p> <p>Характеристика подросткового возраста. Анатомо-физиологические особенности органов и систем в этом периоде. Физическое, половое, нервно-психическое и социальное развитие.</p> <p>Анатомо-физиологические особенности, рост и развитие ребенка старшего школьного возраста. Универсальные потребности ребенка, способы их удовлетворения. Возможные проблемы.</p> <p>Значение физического воспитания для здоровья ребенка подросткового возраста. Факторы риска и безопасности.</p>	<p><b>2</b></p>	<p>ОК 01. ОК 02. ОК 03. ОК 04. ОК 05. ПК 4.1. ПК4.2. ПК 4.4. ПК 6.5. ПК 6.6.</p>

	<p>Психологические проблемы перехода от детской к взрослой жизни. Помощь подростку и его родителям в ситуациях повышенного риска (депрессивные состояния, суицидальные мысли, повышенная сексуальная активность, пристрастие к вредным привычкам, беременность).</p> <p>Консультирование подростков по вопросам профилактики курения, злоупотребления алкоголем, токсикомании и наркомании.</p>		
	<b>В том числе практических занятий</b>	<b>2</b>	
	<p>Практическое занятие №6</p> <p>Проведение антропометрических измерений.</p> <p>Оценка физического, нервно-психического и полового развития детей младшего и старшего школьного возраста.</p> <p>Составление примерного меню детям младшего и старшего школьного возраста.</p> <p>Составление рекомендаций по адекватному и рациональному питанию, правильному режиму дня.</p> <p>Обучение родителей ребенка и его окружение принципам создания безопасной окружающей среды.</p> <p>Составление рекомендаций по режиму дня для детей младшего школьного возраста.</p> <p>Составление рекомендаций по адаптации к школе.</p> <p>Обучение родителей ребенка и его окружение принципам закаливания, основным гимнастическим комплексам.</p> <p>Обучение девочек-подростков технике самообследования молочных желез, мальчиков-подростков - технике самообследования яичек.</p> <p>Обучение подростка и его окружение принципам создания безопасной окружающей среды. Обучение подростка принципам здорового образа жизни.</p>		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся*</b>	<b>-</b>	
<b>Раздел 3. Зрелый возраст</b>		<b>12</b>	
<b>Тема 3.1. Период юношеского возраста</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		ОК 01.
	Анатомо-физиологические, психологические и социальные особенности человека юношеского возраста. Основные потребности, способы их удовлетворения. Возможные проблемы.		ОК 02. ОК 03. ОК 04.

	<b>В том числе практических занятий</b>	-	ОК 05.
	<b>Самостоятельная работа обучающихся*</b>	-	
<b>Тема 3.2. Особенности мужского и женского организмов в зрелом возрасте</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	
	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 менст руальной и детородной функции, строение женского таза, его роль в репродукции. Строение и функции внутренних половых органов женщины (яичник, маточные трубы, мат ка, 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 строе ния таза в репродуктивном процессе. Анатомические особенности мужских половых орга нов, 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 рефлексy у мужчин и женщин. Наиболее частые формы сексуальных нарушений. Роль медицинского работника в оказании консультативной помощи по вопросам укрепления репродуктивного здоровья. Универсальные потребности человека зрелого возраста, способы их удовлетворения. Возможные проблемы.		ОК 01. ОК 02. ОК 03. ОК 04. ОК 05. ПК4.2. ПК 4.4. ПК 6.6.
	<b>В том числе практических занятий</b>	<b>2</b>	
	Практическое занятие №7 Дискуссионное обсуждение особенностей анатомо-физиологического строения зрелого мужского и женского организма и репродуктивной функции человека.		

	<p>Выявление проблем, связанных с дефицитом знаний, умений и навыков, в области укрепления здоровья мужчины и женщины.</p> <p>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.</p> <p>Составление рекомендаций по адекватному и рациональному питанию, двигательной активности, правильному режиму дня.</p> <p>Обучение принципам создания безопасной окружающей среды, принципам здорового образа жизни.</p> <p>Обсуждение принципов контрацепции у мужчин и женщин.</p>		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся*</b>	-	
<b>Тема 3.3. Здоровье семьи</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	ОК 01. ОК 02. ОК 03. ОК 04. ОК 05. ПК4.2. ПК 4.4. ПК 6.6.
	<p>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.</p> <p>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.</p> <p>Репродуктивное поведение человека, критерии репродуктивного поведения в современных условиях.</p> <p>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.</p>		

	<p>Понятие о факторах риска развития заболеваний репродуктивной системы человека, роль планирования семьи в выявлении и устранении факторов риска.</p> <p>Методы и формы консультирования по вопросам планирования семьи.</p> <p>Принципы контрацепции в зрелом возрасте. Контрацептивные мероприятия у мужчин и женщин.</p> <p>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.</p> <p>Понятие о бесплодном браке, Проблемы бесплодного брака.</p>		
	<b>В том числе практических занятий</b>	<b>2</b>	
	<p>Практическое занятие №8</p> <p>Определение типа семьи. Определение этапа жизненного цикла семьи.</p> <p>Выявление основных медико-социальных проблем семьи, Определение возможных путей их решения.</p> <p>Составление рекомендаций по подготовке к запланированной беременности.</p> <p>Обучение семейной пары правильному использованию отдельных видов контрацепции.</p> <p>Определение факторов риска, влияющих на планирование семьи.</p>		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся*</b>	-	
<b>Тема 3.4.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	ОК 01.

<p><b>Период беременности</b>  <b>Внутриутробный период.</b>  <b>Продолжительность беременности.</b>  <b>Потребности беременной женщины</b></p>	<p>Основные представления об эмбриональном и плодном периоде внутриутробной жизни человека, важность внутриутробного периода для здоровья чело века; наличие жизненно важных потребностей у плода и необходимость их реализации.</p> <p>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 потребности стей плода в эти периоды. Влияние вредных факторов окружающей среды на развитие плода.</p> <p>Основные представления о физиологическом течении беременности, о психологических и физиологических проблемах, сопровождающих нормальную беременность. Необходимость поддержки беременной со стороны семьи, мужа.</p> <p>Продолжительность физиологической беременности и основные изменения, происходящие в организме беременной; значение этих изменений для нормального развития плода и подготовки к родам.</p> <p>Признаки беременности (предположительные, вероятные, достоверные).</p> <p>Изменения жизненно важных потребностей беременной; проблемы, сопровождающие физиологическую беременность.</p> <p>Роль медицинских работников, семьи, мужа в поддержании качества жизни беременной и развития плода.</p> <p>Роль медицинского работника в профилактике заболеваний внутриутробного плода.</p> <p>Анатомо-физиологические, психологические и социальные особенности беременной. Дородовые патронажи.</p> <p>Необходимость сознательного подхода к материнству и отцовству, понимание возникающих проблем, готовность их решать. Психологические проблемы, связанные с предстоящими родами, материнством, отцовством.</p>		<p>ОК 02.  ОК 03.  ОК 04.  ОК 05.  ПК 4.1.  ПК4.2.  ПК 4.4.  ПК 6.5.  ПК 6.6.</p>
	<p><b>В том числе практических занятий</b></p>	<b>2</b>	
	<p>Практическое занятие №9</p>		

	<p>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.  Оформление медицинской документации (Индивидуальная медицинская карта беременной и родильницы)</p>		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся*</b>	-	
<b>Тема 3.5.  Период беременности и родов.  Подготовка к родам.  Процесс родов</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	ОК 01. ОК 02. ОК 03. ОК 04. ОК 05. ПК4.2. ПК 4.4. ПК 6.5. ПК 6.6.
	<p>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.</p>		
	<b>В том числе практических занятий</b>	<b>2</b>	
	<p>Практическое занятие №10  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.  Составление плана беседы с супружескими парами по подготовке к родам, грудному вскармливанию  Отработка манипуляций (оказание акушерского пособия в родах, проведение первого туалета новорожденного)  Обучение родильницы кормлению грудью, гигиена молочных желёз.</p>		

	Оформление медицинской документации (история родов)		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся*</b>	-	
<b>Тема 3.6. Послеродовой период</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	ОК 01. ОК 02. ОК 03. ОК 04. ОК 05. ПК4.2. ПК 4.4. ПК 6.6.
	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 «послеродовой период», его продолжительность и значение для здоровья женщины. 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.		
	<b>В том числе практических занятий</b>	<b>2</b>	
	Практическое занятие №1 Изучение течения послеродового периода. Дискуссионное обсуждение течения послеродового периода, лактации.		

	<p>Изучение физиологических и психологических составляющих грудного вскармливания.</p> <p>Изучение изменений репродуктивной системы в послеродовом периоде у женщин.</p> <p>Определение сроков лактации, обследование молочных желез родильниц, Определение объема молока, необходимого для одного кормления.</p> <p>Обсуждение диеты родильницы и кормящей матери.</p> <p>Составление рекомендаций для кормящей матери по уходу за молочными железами, питанием, профилактике маститов.</p> <p>Дискуссионное обсуждение профилактики послеродовых депрессий.</p> <p>Изучение принципов медицинского консультирования здоровых рожениц и родильниц.</p>		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся*</b>	-	
<p><b>Тема 3.7.</b> <b>Климактерический период</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p> <p>Понятия «климакс», «климактерический период», «пременопауза», «менопауза», «постменопауза». Понятие о климактерическом 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 климактерическом синдроме, факторах риска развития климактерического синдрома и возможности его профилактики.</p> <p>Понятие о климактерическом периоде как о физиологическом периоде в жизни человека. Причины возникновения климакса.</p> <p>Изменения, происходящие в организме женщины и мужчины в климактерическом периоде. Особенности возрастных изменений в репродуктивной системе женщины (постепенное снижение детородной, менструальной функции, изменения сексуальной функции) и мужчины. Особенности протекания климактерического периода у женщин и мужчин.</p>	<b>2</b>	<p>ОК 01. ОК 02. ОК 03. ОК 04. ОК 05. ПК4.2. ПК 4.4. ПК 6.6.</p>

	<p>Стадии климактерического периода у женщин и их краткая характеристика по изменениям в репродуктивной системе (пременопауза, менопауза, постменопауза).</p> <p>Профилактика тяжелого течения климакса. Роль медицинского работника в пропаганде здорового образа жизни и охране здоровья пациентов в переходном периоде.</p>		
	<b>В том числе практических занятий</b>	<b>2</b>	
	<p>Практическое занятие №12</p> <p>Дискуссионное обсуждение причин возникновения климакса у мужчин и женщин, факторов, влияющих на появление раннего климакса.</p> <p>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.</p>		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся*</b>	-	
<b>Раздел 4. Здоровье лиц пожилого и старческого возраста</b>		<b>4</b>	
<b>Тема 4.1. Введение в геронтологию. Основные понятия. Теории и механизмы старения</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		ОК 01. ОК 02. ОК 03. ОК 04. ОК 05. ПК 6.6.
	<p>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 смертности в России. Увеличение численности пожилых и старых людей на фоне сверхсмертности мужчин и феминизации общества. Медико-демографические и социально-гигиенические аспекты постарения населения. Место человека преклонного возраста в современном обществе. Отношение к пожилым людям как важный показатель нравственного состояния общества.</p> <p>Виды, теории и механизмы старения. Характеристика процесса старения. Образ жизни, его влияние на процессы старения. Влияние неблагоприятной экологической обстановки на интенсивность и выраженность процессов старения.</p>		
	<b>В том числе практических занятий</b>	-	

	<b>Самостоятельная работа обучающихся*</b>	-	
<b>Тема 4.2. Анатомо-физиологические и психологические особенности лиц пожилого и старческого возраста</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		ОК 01. ОК 02. ОК 03. ОК 04. ОК 05. ПК 6.6.
	Анатомо-физиологические изменения в пожилом и старческом возрасте: особенности дыхательной, сердечно-сосудистой, пищеварительной, мочеполовой, нейроэндокринной систем, системы крови, опорно-двигательного аппарата, органов чувств, кожи. Возрастные изменения личности пожилого человека и его эмоциональной жизни. Интеллект в преклонном возрасте, психомоторная способность, проявления эмоциональности. Самооценка и социальная среда. Стрессовые ситуации в старости. Нарушения памяти, сна. Возможные проблемы в удовлетворении универсальных потребностей человека в преклонном возрасте.		
	<b>В том числе практических занятий</b>	-	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся*</b>	-	
<b>Тема 4.3. Организация социальной и медицинской помощи населению старших возрастных групп</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	ОК 01. ОК 02. ОК 03. ОК 04. ОК 05. ПК4.2. ПК 4.4. ПК 6.6.
	Потребности пожилых людей в различных видах медико-социальной и бытовой поддержки. Комплексный медико-социальный характер помощи пожилым как необходимое условие её эффективности. Законодательные аспекты социальной защиты престарелых граждан. История и современная структура гериатрической службы РФ. Опыт других стран. Проблема адаптации лиц старших возрастных групп к старению и микросоциальной среде. Синдром ранней смерти после выхода на пенсию («пенсионная болезнь»). Сохранение социальной активности: продолжение посильной трудовой деятельности, участие в общественной жизни, активные контакты с родственниками, чтение периодических изданий, просмотр телепередач, различные увлечения. Пожилый человек в семье. Взаимопомощь поколений. Рост числа одиноких пожилых людей, экономические и социальные аспекты одиночества в старости. Создание безопасной среды для пожилого человека в общественных местах, в транспорте, на улице. Основные нормативные документы, регламентирующие социальную защиту населения старших возрастных групп. Пенсионное обеспечение,		

	<p>система льгот. Категории населения преклонного возраста, имеющие право на льготы.</p> <p>Различные организационные формы гериатрической помощи: гериатрические кабинеты (отделения) в лечебно-профилактических учреждениях, дневные стационары для пенсионеров, дома-интернаты, дома сестринского ухода, пансионаты и санатории для пожилых людей, геронтологические территориальные центры. Организация гериатрической помощи на дому. Патронажные группы социальной помощи одиноким при районных отделах социального обеспечения и их функции.</p> <p>Сестринские услуги лицам пожилого и старческого возраста. Психологические и этические аспекты сестринской работы с пожилыми и старыми людьми. Принципы эффективного общения.</p> <p>Сестринский уход при оказании консультативной помощи по вопросам укрепления здоровья пожилых людей. Сестринское 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. Проблемы пациента, связанные с дефицитом знаний, умений, навыков в области укрепления здоровья. Мотивация пациента на оздоровление образа жизни.</p> <p>Планирование мероприятий по укреплению здоровья совместно с пациентом и его семьей. Реализация сестринских вмешательств: консультации по вопросам рационального образа жизни, обеспечения печатной информацией, помощь в формировании здоровых привычек. Оценка эффективности сестринских вмешательств. Поощрение успехов пациента в оздоровлении образа жизни. Коррекция сестринских действий на основании обратной связи.</p> <p>Представление о гериатрической фармакотерапии, правила безопасного лечения пожилого человека фармакологическими препаратами.</p>		
	<b>В том числе практических занятий</b>	<b>2</b>	

	<p>Практическое занятие №13</p> <p>Дискуссионное обсуждение социальных проблем человека преклонного возраста, экономических и социальных аспектов одиночества, особенности формирования и оказания социальной помощи в России.</p> <p>Пенсионное обеспечение, система льгот.</p> <p>Определение и обоснование нуждаемости в социальной помощи.</p> <p>Обсуждают проблемы создания безопасной среды в общественных местах, на транспорте, на улице и т.д. для людей преклонного возраста.</p> <p>Обосновывают значение семьи для пожилого пациента, роль общественных организаций в сохранении социальной активности.</p> <p>Проведение собеседования с пациентом преклонного возраста, Определение его социального статуса, выявление сохранности социальных контактов, положения пациента в микросоциуме.</p> <p>Составление отчета по результатам собеседования с выводами. При разборе конкретных ситуаций определяют и обосновывают нуждаемость в социальной помощи.</p> <p>Дискуссионное обсуждение возможностей сестринской службы в удовлетворении универсальных потребностей пожилых пациентов и решении их проблем со здоровьем.</p> <p>Теоретическое обоснование особенностей специализированного сестринского ухода с учётом анатомо-физиологических и психологических возрастных изменений, особенности способов удовлетворения универсальных потребностей.</p> <p>Методика сестринского 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.</p> <p>Обеспечение безопасности пожилого пациента в МО, в том числе особенности раздачи лекарственных средств в геронтологических отделениях. Обучение пациентов старших возрастных групп правилам приема лекарственных препаратов в домашних условиях.</p> <p>Работа с пациентами старших возрастов в отделениях стационара.</p>		
	<p><b>Самостоятельная работа обучающихся*</b></p>	<p>-</p>	

<b>Тема 4.4.</b> <b>Искусство продления жизни</b> <b>Медико-социальные и психологические аспекты смерти</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	
	<p>Здоровый образ жизни как залог активного долголетия. Факторы риска для человека пожилого и старческого возраста. Пути увеличения продолжительности жизни и замедление темпов старения. Позитивная личностная концепция. Способы сохранения интеллекта. Понимание возрастных изменений. Особенности геродиететики. Контроль массы тела. Режим рациональной физической активности и распорядок дня пожилого человека. Регуляция ночного сна. Личная гигиена и герокосметология. Сохранение социальных контактов. Предупреждение психотравмирующих ситуаций в межличностном общении. Интимная жизнь в пожилом возрасте.</p> <p>Приспособление к ограничениям и создание безопасной среды обитания для пожилого человека. Требования к жилищу и его оборудованию. Здоровый досуг. Ограничение курения, приёма алкоголя. Условия окружающей среды, препятствующие сохранению здоровья. Роль семьи пожилого пациента в сохранении здоровья, способности к самообслуживанию и продлению активного долголетия.</p> <p>3Понятие «смерть». Классификация смерти. Медико-биологические, философские, религиозные, социально-психологические аспекты смерти. Законодательство РФ об эвтаназии.</p> <p>Естественная смерть. Основные этапы умирания и смерти. Эмоциональные стадии горевания. Психологическая поддержка умирающего человека и его близких. Констатация смерти.</p>		ОК 01. ОК 02. ОК 03. ОК 04. ОК 05. ПК4.2. ПК 4.4. ПК 6.6.
	<b>В том числе практических занятий</b>	<b>2</b>	
	<b>Практическое занятие №14</b> <p>Дискуссионное обсуждение вопросов, касающихся рационального образа жизни.</p> <p>Оценка образа жизни пожилого человека на примере разбора конкретных ситуаций. Мероприятия по формированию представлений о здоровом образе жизни у людей преклонного возраста.</p> <p>Формирование суточного меню для человека преклонного возраста в соответствии с требованиями геродиететики. 5.Составление комплекса гимнастических упражнений, разработка плана беседы о герокосметологии, вреде курения, алкоголизме в старости.</p>		

	<p>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.</p> <p>Проведение беседы о личной гигиене и гигиене жилища, формировании безопасного быта. Реферативные сообщения о наиболее важных аспектах сохранения здоровья в пожилом возрасте.</p> <p>Дискуссионное обсуждение вопросов, касающихся смерти, этапов умирания, констатации смерти, эмоциональных этапов горевания. Оказание психологической поддержки родных и близких умирающего человека.</p> <p>Правила констатации смерти. Клиническая и биологическая смерть.</p> <p>Зачет</p>		
	<p><b>Самостоятельная работа обучающихся*</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. работа с основной и дополнительной учебной литературой; – работа с электронными образовательными ресурсами (</li> <li>2. подготовка ответов на контрольные вопросы по темам дисциплины;</li> <li>3. составление словаря медицинских терминов (гlossария);</li> <li>4. составление опорных конспектов, структурно-логических схем, сравнительных таблиц;</li> <li>5. составление кроссвордов, тестовых заданий по темам.</li> <li>6. решение проблемно-ситуационных (ситуационных) задач;</li> <li>7. составление планов родовых и послеродовых патронажей;</li> <li>8. составление индивидуальных рекомендаций (по режиму дня, питанию, закаливанию, гигиене и др.);</li> <li>9. расчёт разового и суточного объёма питания для детей грудного возраста;</li> <li>10. подготовка рефератов и докладов по индивидуальным заданиям;</li> <li>11. подготовка тематических сообщений и эссе;</li> <li>12. разработка мультимедийных презентаций;</li> <li>13. подготовка памяток, буклетов, санбюллетеней по вопросам ЗОЖ для различных возрастных групп;</li> <li>14. разработка планов бесед и занятий в школах здоровья.</li> </ol>	<p><b>14</b></p>	

	15. подготовка к практическим занятиям; 16. подготовка к текущему контролю (устному опросу, тестированию); 17. подготовка к промежуточной аттестации (зачёту).		
<b>Промежуточная аттестация (зачет)</b>		<b>2</b>	
<b>Всего:</b>		<b>42</b>	

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

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

Кабинет «Здоровый человек и его окружение», оснащенный:

- оборудованием: рабочее место преподавателя, посадочные места по количеству обучающихся, доска классная, доска для рисования (флипчарт), маркеры, столы, стулья;
- техническими средствами обучения: мультимедийная установка, компьютер с программным обеспечением, экран, телевизор, флэш-накопитель с мультимедийными тематическими материалами.

#### **3.2. Информационное обеспечение реализации программы**

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы для использования в образовательном процессе.

##### **3.2.1. Основные печатные издания**

3.2.1.1. Кучма, В. Р. Здоровый человек и его окружение: учебник / В. Р. Кучма, О. В. Сивочалова. - 5-е изд., испр. и доп. - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2023. - 560 с.

##### **3.2.2. Основные электронные издания**

3.2.2.1. Крюкова, Д. А. Здоровый человек и его окружение: учеб, пособие / Д. А. Крюкова, Л. А. Лысак, О. В. Фурса; под ред. Б. В. Кабарухина. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2022. - 606 с. (Среднее медицинское образование) - ISBN 978-5-222-35341-7. - Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента": [сайт]. - URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785222353417.html> (дата обращения: 03.04.2025). - Режим доступа: по подписке.

3.2.2.2. Кучма, В. Р. Здоровый человек и его окружение: учебник / В. Р. Кучма, О. В. Сивочалова. - 5-е изд., испр. и доп. - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2023. - 560 с. - ISBN 978-5-9704-7339-9. - Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента": [сайт]. - URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970473399.html> (дата обращения: 03.04.2025). - Режим доступа: по подписке.

3.2.2.3. Соколова, Н. Г. Здоровый человек. Сохранение здоровья в различные периоды жизни: учеб. пособие / Н. Г. Соколова, И. А. Пономарева. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2021. - 560 с. (Среднее медицинское образование) - ISBN 978-5-222-35205-2. - Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента": [сайт]. - URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785222352052.html> (дата обращения: 03.04.2025). - Режим доступа: по подписке.

##### **3.2.3. Дополнительные источники**

3.2.3.1. Вайнер, Э. Н., Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник / Э. Н. Вайнер. - Москва: КноРус, 2025. - 307 с. - ISBN 978-5-406-14598-2. - URL: <https://book.ru/book/957613> (дата обращения: 03.04.2025). - Текст: электронный.

3.2.3.2. Здоровый человек и его окружение. Рабочая тетрадь / И. Н. Водяникова, О. М. Ахметшина, Р. И. Рагимова, А. Б. Шаяхметова. - 4-е изд., стер. - Санкт-Петербург: Лань, 2024. - 120 с. - ISBN 978-5-507-48935-0. - Текст: электронный // Лань:

- электронно-библиотечная система. - URL: <https://e.lanbook.com/book/366764> (дата обращения: 03.04.2025). - Режим доступа: для авториз. пользователей.
- 3.2.3.3. Кондакова, Э. Б., Здоровый человек и его окружение. Практикум: учебное пособие / Э. Б. Кондакова, Е. С. Сысоева. - Москва: КноРус, 2025. - 277 с. - ISBN 978-5-406-13546-4. - URL: <https://book.ru/book/955361> (дата обращения: 03.04.2025). - Текст: электронный.
- 3.2.3.4. Курбатова, У. Б. Здоровый ребенок: учебное пособие для СПО / У. Б. Курбатова. - 4-е изд., стер. - Санкт-Петербург: Лань, 2024. - 188 с. - ISBN 978-5-507-47664-0. - Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. - URL: <https://e.lanbook.com/book/403361> (дата обращения: 03.04.2025). - Режим доступа: для авториз. пользователей.
- 3.2.3.5. Лоскутова, Э. А. Медико-социальные аспекты здорового образа жизни: учебное пособие / Э. А. Лоскутова. - Йошкар-Ола: МарГУ, 2024. - 140 с. - ISBN 978-5-907622-70-8. - Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. - URL: <https://e.lanbook.com/book/457199> (дата обращения: 03.04.2025). - Режим доступа: для авториз. пользователей.
- 3.2.3.6. Морозов, М. А. Здоровый человек и его окружение. Здоровьесберегающие технологии: учебное пособие для СПО / М. А. Морозов. - 6-е изд., стер. - Санкт-Петербург: Лань, 2025. - 372 с. - ISBN 978-5-507-50596-8. - Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. - URL: <https://e.lanbook.com/book/448652> (дата обращения: 03.04.2025). - Режим доступа: для авториз. пользователей.
- 3.2.3.7. Никонова, О. Н. Здоровый человек и его окружение: здоровье детей. Практикум: учебное пособие для СПО / О. Н. Никонова. - 3-е изд., стер. - Санкт-Петербург: Лань, 2025. - 80 с. - ISBN 978-5-507-50616-3. - Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. - URL: <https://e.lanbook.com/book/449930> (дата обращения: 03.04.2025). - Режим доступа: для авториз. пользователей.
- 3.2.3.8. Солодовников, Ю. Л. Основы профилактики: учебное пособие для СПО / Ю. Л. Солодовников. - 9-е изд., стер. - Санкт-Петербург: Лань, 2025. - 292 с. - ISBN 978-5-507-50485-5. - Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. - URL: <https://e.lanbook.com/book/440156> (дата обращения: 03.04.2025). - Режим доступа: для авториз. пользователей.
- 3.2.3.9. Тульчинская, В. Д. Здоровье детей: учеб, пособие / В. Д. Тульчинская. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2022. - 204 с. (Среднее медицинское образование) - ISBN 978-5-222-35378-3. - Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента": [сайт]. - URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785222353783.html> (дата обращения: 03.04.2025). - Режим доступа: по подписке.

#### **3.2.4. Перечень ресурсов и информационных справочных систем информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»**

- 3.2.4.1. Академия [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система - URL: <https://academia-library.ru/>.
- 3.2.4.2. Консультант плюс [Электронный ресурс]: справочно-правовая система - URL: <http://www.consultant.ru/>.
- 3.2.4.3. Консультант студента [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система - URL: <https://www.studentlibrary.ru/>.
- 3.2.4.4. Лань [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система - URL: <https://e.lanbook.com/>.
- 3.2.4.5. BOOK.ru [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система - URL: <https://www.book.ru/index/>.

## 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

### 4.1. Планируемые результаты освоения дисциплины

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
<p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– содержания понятий «здоровье», «здоровый образ жизни» и факторов, влияющих на здоровье человека;</li> <li>– основных потребностей человека в различные возрастные периоды жизни;</li> <li>– анатомо-физиологических и психофизиологических особенностей детей и подростков;</li> <li>– критериев оценки физического и нервно-психического развития детей;</li> <li>– гигиенических основ питания, физического воспитания и образовательного процесса;</li> <li>– анатомо-физиологических и психосоциальных особенностей мужчин и женщин зрелого возраста;</li> <li>– современных подходов к планированию семьи и охране репродуктивного здоровья;</li> <li>– физиологических изменений в организме женщины при беременности, в родах и послеродовом периоде;</li> <li>– закономерностей процесса старения и геронтологических аспектов здоровья.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– точно и полно описывает содержание понятий «здоровье», «здоровый образ жизни» и факторы, влияющие на здоровье человека;</li> <li>– корректно характеризует основные потребности человека в различные возрастные периоды жизни;</li> <li>– демонстрирует глубокое понимание анатомо-физиологических и психофизиологических особенностей детей и подростков;</li> <li>– грамотно описывает критерии оценки физического и нервно-психического развития детей;</li> <li>– правильно излагает гигиенические основы питания, физического воспитания и образовательного процесса;</li> <li>– точно характеризует анатомо-физиологические и психосоциальные особенности мужчин и женщин зрелого возраста;</li> <li>– корректно описывает современные подходы к планированию семьи и охране репродуктивного здоровья;</li> <li>– правильно классифицирует физиологические изменения в организме женщины при</li> </ul>	<p>Текущий контроль:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– устный опрос (индивидуальный, фронтальный);</li> <li>– письменная работа;</li> <li>– тестирование;</li> <li>– решение ситуационных задач.</li> </ul> <p>Промежуточная аттестация:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– дифференцированный зачет</li> </ul>

	<p>беременности, в родах и послеродовом периоде;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– точно характеризует закономерности процесса старения и геронтологические аспекты здоровья.</li> </ul>	
<p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– определять показатели здоровья и выявлять факторы риска его нарушения;</li> <li>– оценивать потребности человека в соответствии с возрастными особенностями;</li> <li>– проводить комплексную оценку физического и нервно-психического развития;</li> <li>– разрабатывать рекомендации по соблюдению гигиенических норм питания и организации физического воспитания;</li> <li>– осуществлять профилактическое консультирование по вопросам здорового образа жизни;</li> <li>– применять здоровьесберегающие технологии в работе с различными возрастными группами;</li> <li>– анализировать проблемы пациентов различных возрастных категорий;</li> <li>– составлять индивидуальные программы укрепления здоровья с учетом возрастных особенностей.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– демонстрирует правильное определение показателей здоровья и выявление факторов риска его нарушения;</li> <li>– успешно использует методики оценки потребностей человека в соответствии с возрастными особенностями;</li> <li>– грамотно проводит комплексную оценку физического и нервно-психического развития;</li> <li>– показывает умение разрабатывать рекомендации по соблюдению гигиенических норм питания и организации физического воспитания;</li> <li>– обоснованно выбирает и применяет методы профилактического консультирования по вопросам здорового образа жизни;</li> <li>– демонстрирует навыки применения здоровьесберегающих технологий в работе с различными возрастными группами;</li> <li>– грамотно анализирует проблемы пациентов различных возрастных категорий;</li> <li>– правильно составляет индивидуальные программы укрепления здоровья с учетом возрастных особенностей.</li> </ul>	

