федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

«Оренбургский государственный медицинский университет»

Министерства здравоохранения Российской Федерации

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**

**ДЛЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ**

**ПО ОРГАНИЗАЦИИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«ЗДОРОВЫЙ ЧЕЛОВЕК И ЕГО ОКРУЖЕНИЕ»**

по направлению подготовки

*34.03.01 Сестринское дело*

Является частью основной профессиональной образовательной программы высшего образования по направлению подготовки сестринское дело

утвержденной ученым советом ФГБОУ ВО ОрГМУ Минздрава России

протокол № 11 от «22» июня 2018

Оренбург

**1. Методические рекомендации к лекционному курсу**

**Модуль №1** **Организация здоровье сберегающей среды**

**Лекция №1. 2ч**

**Тема**: **Понятие здоровья и качества жизни.Содержание понятий «здоровье», «качество жизни», «факторы риска болезни».Периоды жизнидеятельности человека в различные возрастные периоды. Роль медицинского сестринского персонала в сохранении и укреплении здоровья.**

**Цель:** раскрыть роль медсестры - бакалавра в сохранении и укреплении здоровья населения.

**Аннотация лекции:** Раскрыть содержание понятия здоровья, образ жизни, качество жизни в медицинском и социальном аспекте. Дать характеристику критерий здоровья как многофакторному понятию, включающему соматическое, психическое здоровье, оптимальное удовлетворение материальных, духовных и социальных потребностей.

Факторы риска здоровью: соматические, психологические, сексуальные, репродуктивные, нравственные. Основные показатели комплексной оценки состояния здоровья. Биосоциальный потенциал здоровья: потенциал разума, интеллекта, воли, самореализации, чувственный и эмоциональный потенциал.

**Форма организации лекции** вводная.

**Методы обучения, применяемые на лекции**:

- разъяснение вновь вводимых терминов и названий

- методическая обработка излагаемого материала— выявление ведущих идей и положений;

- подчеркивание выводов, повторение их в различных формулировках;

- подведение итогов в конце рассмотренного вопроса, всей лекции

- применение наглядных и компьютерных средств обучения (компьютерная презентация, видеофрагменты и др.).

**Средства обучения**:

- дидактические - презентация

- материально-технические – мультимедийный проектор

**Лекция №2.** **2 ч.**

**Тема**: **Роль факторов окружающий среды( природных и социальных) в формировании здоровья и патологии человека. Универсальные потребности человека в разные возрастные периоды.**

**Цель:** раскрыть особенности сестринского процесса в сохранении и укреплении здоровья.

**Аннотация лекции** Роль медсестры при работе с беременными, детьми различного возраста, зрелыми мужчинами и женщинами, людьми пожилого и старческого возраста. Значение питания, организации быта, физической и умственной нагрузки, профессиональной реализации человека и благоприятной окружающей среды.

**Форма организации лекции** обзорная

**Методы обучения, применяемые на лекции**:

- разъяснение вновь вводимых терминов и названий

- методическая обработка излагаемого материала— выявление ведущих идей и положений;

- подчеркивание выводов, повторение их в различных формулировках;

- подведение итогов в конце рассмотренного вопроса, всей лекции

- применение наглядных и компьютерных средств обучения (компьютерная презентация, видеофрагменты и др.).

**Средства обучения**:

- дидактические - презентация

- материально-технические - мультимедийный проектор

**Модуль №2** **Пропаганда здорового образа жизни**

**Лекция №1. 3ч.**

**Тема**: Потребности ребенка в различные возрастные периоды. Рост и развитие. Охрана здоровья детей и формирование здоровье сберегающей среды. Охрана здоровья женщин зрелого и репродуктивного возраста. И формирование здоровье сберегающей среды.

**Цель:** раскрыть особенности сестринского процесса при оценке физического и нервно - психического развития в различные возрастные периоды. Раскрыть роль медсестры в охране здоровья женщин зрелого и репродуктивного возраста.

**Аннотация лекции:** Основные закономерности развития ребенка, начиная с антенатального периода до 18 лет.

Оценка физического развития ребенка в различные возрастные периоды. Нормативы нарастания массы, роста, окружности головы, груди. Изменения внутренних органов в зависимости от возраста.

Оценка нервно – психического развития в различные возрастные периоды. Значение воспитания в становлении нервно – психического развития. Наиболее распространенные заболевания детского возраста.

Анатомо – физиологические и психологические особенности женщин зрелого и репродуктивного возраста. Физиологическое течение беременности по трем семестрам и подготовка к родам. Влияние вредных факторов на развитие плода в зависимости от срока беременности. Родовые сертификаты. Понятие климактерический период, его физиологические и психические особенности. Причины возникновения климакса. Роль медсестры в охране здоровья женщин зрелого и репродуктивного возраста. Принципы питания, гигиены, режима дня женщин.

**Форма организации лекции:** обзорная.

**Методы обучения, применяемые на лекции**:

- разъяснение вновь вводимых терминов и названий

- методическая обработка излагаемого материала— выявление ведущих идей и положений;

- подчеркивание выводов, повторение их в различных формулировках;

- подведение итогов в конце рассмотренного вопроса, всей лекции

- применение наглядных и компьютерных средств обучения (компьютерная презентация, видеофрагменты и др.).

**Средства обучения**:

- дидактические - презентация

- материально-технические - мультимедийный проектор

**Лекция №2. 3ч.**

**Тема:** Охрана здоровья мужчин зрелого возраста. И формирование здоровье сберегающей среды. Охрана здоровья лиц пожилого и старческого возраста.Здоровый образ жизни как залог активного долголетия.

**Цель:** раскрыть роль медсестры в охране здоровья мужчин зрелого и репродуктивного возраста и людей пожилого и старческого возраста.

**Аннотация лекции** Анатомо – физиологические и психологические особенности мужчин зрелого, репродуктивного возраста и людей пожилого и старческого возраста. Проблемы пациентов данных возрастных групп. Факторы риска возникновения различных заболеваний. Роль семьи в жизни мужчины пожилых и старых людей.

Основные заболевания пациентов в зависимости от возраста. Здоровье сберегающие технологии. Значение правильного питания, физических нагрузок, профессиональной реализации в сохранении здоровья мужчин и пожилых людей.

Роль медсестры в охране здоровья мужчин зрелого и репродуктивного возраста, пожилых и старых людей. Причины старения. Наиболее распространенные заболевания в период старения.

Принципы питания, гигиены, режима дня.

**Форма организации лекции:** обзорная.

**Методы обучения, применяемые на лекции**:

- разъяснение вновь вводимых терминов и названий

- методическая обработка излагаемого материала— выявление ведущих идей и положений;

- подчеркивание выводов, повторение их в различных формулировках;

- подведение итогов в конце рассмотренного вопроса, всей лекции

- применение наглядных и компьютерных средств обучения (компьютерная презентация, видеофрагменты и др.).

**Средства обучения**:

- дидактические - презентация

- материально-технические - мультимедийный проектор

**2. Методические рекомендации по проведению практических занятий.**

**Модуль 1** «Организация здоровье сберегающей среды»

**Тема 1.** Понятие здоровья и качества жизни. Содержание понятий «здоровье», «качество жизни», «факторы риска болезни».Периоды жизнидеятельности человека в различные возрастные периоды. Роль медицинского сестринского персонала в сохранении и укреплении здоровья.

**Вид учебного занятия** практическое занятие

**Цель:** сформировать у обучающихся знания об основных понятиях о здоровом человеке, обобщить и систематизировать знания о возрастных изменениях организма, сформировать новые понятия о современном состоянии учения о здоровом человеке и его окружении.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №  п/п | Этапы и содержание занятия |
| 1 | **Организационный момент.**  Объявление темы, цели занятия.  Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия) |
| 2 | **Входной контроль, актуализация опорных знаний, умений, навыков** *тестирование* |
| 3 | **Основная часть учебного занятия**   * Закрепление теоретического материала   *письменный опрос, тестирование. (см. ФОС)*   * Отработка практических умений и навыков   *решение ситуационных задач,* *проверка практических навыков и умений (см. ФОС)* |
| 4 | **Заключительная часть занятия:**   * подведение итогов занятия; * выставление текущих оценок в учебный журнал; |

**Средства обучения:**

- дидактические

* тестовые задания;
* ситуационные задачи;
* задания для письменного опроса
* мультимедийная презентация.

-материально-технические:

* мультимедийный проектор.

**Тема 2.** Роль факторов окружающий среды( природных и социальных) в формировании здоровья и патологии человека. Универсальные потребности человека в разные возрастные периоды.

**Вид учебного занятия** практическое занятие

**Цель:** раскрыть особенности сестринского процесса в сохранении и укреплении здоровья.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №  п/п | Этапы и содержание занятия |
| 1 | **Организационный момент.**  Объявление темы, цели занятия.  Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия) |
| 2 | **Входной контроль, актуализация опорных знаний, умений, навыков** *тестирование* |
| 3 | **Основная часть учебного занятия**   * Закрепление теоретического материала   *письменный опрос, тестирование. (см. ФОС)*   * Отработка практических умений и навыков   *решение ситуационных задач,* *проверка практических навыков и умений (см. ФОС)* |
| 4 | **Заключительная часть занятия:**   * подведение итогов занятия; * выставление текущих оценок в учебный журнал; |

**Средства обучения:**

- дидактические

* тестовые задания;
* ситуационные задачи;
* задания для письменного опроса
* мультимедийная презентация.

-материально-технические:

* мультимедийный проектор.

**Модуль 2**  «Пропаганда здорового образа жизни».

**Тема 1.** Потребности ребенка в различные возрастные периоды. Рост и развитие. Охрана здоровья детей и формирование здоровье сберегающей среды. Охрана здоровья женщин зрелого и репродуктивного возраста. И формирование здоровье сберегающей среды.

**Вид учебного занятия** практическое занятие

**Цель:** раскрыть особенности сестринского процесса при оценке физического и нервно - психического развития в различные возрастные периоды. Раскрыть роль медсестры в охране здоровья детей и женщин зрелого и репродуктивного возраста.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №  п/п | Этапы и содержание занятия |
| 1 | **Организационный момент.**  Объявление темы, цели занятия.  Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия) |
| 2 | **Входной контроль, актуализация опорных знаний, умений, навыков** *тестирование* |
| 3 | **Основная часть учебного занятия**   * Закрепление теоретического материала   *письменный опрос, тестирование. (см. ФОС)*   * Отработка практических умений и навыков   *решение ситуационных задач,* *проверка практических навыков и умений (см. ФОС)* |
| 4 | **Заключительная часть занятия:**   * подведение итогов занятия; * выставление текущих оценок в учебный журнал; |

**Средства обучения:**

- дидактические

* тестовые задания;
* ситуационные задачи;
* задания для письменного опроса
* мультимедийная презентация.

-материально-технические:

* мультимедийный проектор.

**Тема 2** Охрана здоровья мужчин зрелого возраста. И формирование здоровье сберегающей среды. Охрана здоровья лиц пожилого и старческого возраста. Здоровый образ жизни как залог активного долголетия.

**Вид учебного занятия** практическое занятие

**Цель:** раскрыть роль медсестры в охране здоровья мужчин зрелого и репродуктивного возраста и людей пожилого и старческого возраста.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №  п/п | Этапы и содержание занятия |
| 1 | **Организационный момент.**  Объявление темы, цели занятия.  Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия) |
| 2 | **Входной контроль, актуализация опорных знаний, умений, навыков** *тестирование* |
| 3 | **Основная часть учебного занятия**   * Закрепление теоретического материала   *письменный опрос, тестирование. (см. ФОС)*   * Отработка практических умений и навыков   *решение ситуационных задач,* *проверка практических навыков и умений (см. ФОС)* |
| 4 | **Заключительная часть занятия:**   * подведение итогов занятия; * выставление текущих оценок в учебный журнал; |

**Средства обучения:**

- дидактические

* тестовые задания;
* ситуационные задачи;
* задания для письменного опроса
* мультимедийная презентация.

-материально-технические:

* мультимедийный проектор.