Модуль 3**. Гигиена детей и подростков**

Лекция №13.

1. Тема: Гигиена детей и подростков: предмет цель, задачи, этапы ее развития. Факторы, формирующие здоровье детей и подростков. Возрастная структура заболеваемости детей и подростков. Задачи врача-педиатра в формировании здорового ребенка.

2. Цель: сформировать у студентов представления о гигиене детей и подростков как науке, её предмете и месте среди современных наук,ее значение в профилактической медицине на современном этапе. Обосновать задачи врача-педиатра в формировании здорового ребенка. Направлена на пробуждение интереса, формирование положительной мотивации, ориентацию студентов в литературе, целостное раскрытие содержания материала, формирование ориентировочной основы для последующего усвоения студентами учебного материала.

3. Аннотация лекции:

Основные проблемы гигиены детей и подростков. Гигиена детей и подростков: предмет цель, задачи, этапы ее развития. Связь гигиены детей и подростков с другими науками. Повышенная чувствительность организма детей и подростков к воздействию внешних факторов. Возрастные и морфо – функциональные особенности детского организма как основа гигиены детей и подростков. Факторы, формирующие здоровье. Возрастные особенности структуры заболеваемости детей и подростков. Задачи врача-педиатра в формировании здорового ребенка.

4. Форма организации лекции*:*

- традиционная, вводная.

5. Методы, используемые на лекции:

- Междисциплинарное обучение, мозговой штурм

6. Средства обучения:

- дидактические (*таблицы, схемы, плакаты.).*

1. Основные показатели острой заболеваемости (с временной утратой трудоспособности.
2. Основные показатели, исчисляемые по данным медицинских осмотров.
3. Основные показатели общей заболеваемости.

- материально-технические:

1.Специально оборудованные:

- аудитория-105,28м2

- мультимедийный проектор

- мел, доска

**Лекция №14.**

1. **Тема:** Физическое развитие детей и подростков как показатель здоровья. Методологические основы учения о физическом развитии человека, подход и методы его оценки. Гигиенические проблемы акселерации и ретардации.

2. **Цель:** формирование у студентов гигиенических теоретических знаний о физическом развитии детей и подростков, влиянии факторов окружающей среды на состояние здоровья и физическое развитие подрастающего поколения, значении акселерации, ретардации, закономерностей роста и развития детей различных возрастных групп, а также практических умений и навыков применения данных знаний в профессиональной деятельности врача педиатра.

3. **Аннотация лекции:**

Основные закономерности роста и развития детей и подростков. Физическое развитие как один из важнейших показателей здоровья. Влияние социальных факторов на состояние здоровья и физическое развитие подрастающего поколения. Методологические основы учения о физическом развитии человека, подходы и методы его оценки. Методы оценки физического развития (сигмальный, регрессионный, центильный). Комплексная оценка физического развития. Критерии и группы здоровья. Возрастные стандарты физического развития.

Акселерация роста и развития организма, ее проявление. Акселерация, ретардация. Возрастные анатомо-физиологические особенности Нарушения и заболевания, возникающие у детей и подростков в связи с анатомо- физиологическими особенностями при воздействии неблагоприятных факторов внешней среды. Меры профилактики. Социально-гигиеническое значение изменения темпов возрастного развития. Гигиеническая проблема акселерации, задачи врача-педиатра в профилактике ее отрицательных последствий для растущего организма. Гигиенические проблемы акселерации.

4. **Форма организации лекции**

- *информационная (традиционная);*

*-наглядная,*

*-словесная,*

5. **Методы, используемые на лекции**

- *объяснительно-иллюстративные,*

*- репродуктивные.*

 - *междисциплинарное обучение,*

*- мозговой штурм*

6. **Средства обучения:**

- дидактические (*таблицы, схемы, плакаты).*

1. Схема комплексной оценки физического развития ребенка.
2. Оценка физического развития учащихся.
3. Профиль физического развития.

- материально-технические:

1.Специально оборудованные:

- аудитория-105,28м2

- мультимедийный проектор- мел, доска

**Лекция №15.**

1. **Тема:** Проблема адаптации в гигиене детей и подростков. Адаптация детей к дошкольному учреждению. Физиолого-гигиенические особенности и методы закаливания детей и подростков.

2. **Цель:** формирование у студентов гигиенических теоретических знаний об адаптации в гигиене детей и подростков, особенностях и методах закаливания детей и подростков, а также практических умений и навыков применения данных знаний в профессиональной деятельности врача педиатра.

3. **Аннотация лекции:**

Понятие об адаптации и ее проявления в возрастном аспекте. Гигиенические требования к размещению, планировке, оборудованию ДОУ и школьных учреждений. Гигиенические требования к воздушно-тепловому режиму, инсоляции, естественному и искусственному освещению. Организация питания.

Физиолого–гигиенические особенности и методы закаливания детей и подростков. Закаливание организма. Понятие, значение, основные принципы (постепенность, системность, комплексность, учет состояния здоровья, самоконтроль). Методика закаливания воздухом, водой, солнцем.

4. **Форма организации лекции**

- *информационная (традиционная);*

*-наглядная,*

*-словесная,*

5. **Методы, используемые на лекции**

- *объяснительно-иллюстративные,*

*- репродуктивные.*

 - *междисциплинарное обучение,*

*- мозговой штурм*

6. **Средства обучения:**

- дидактические (*таблицы, схемы, плакаты).*

1. Спектральный состав и биологическое действие солнечной радиации.
2. Схема облучения искусственными источниками УФ – облучения.
3. Основные принципы закаливания.

- материально-технические:

1.Специально оборудованные:

- аудитория-105,28м2

- мультимедийный проектор- мел, доска

**Лекция №16.**

1. **Тема:** Физиолого-гигиенические принципы построения режима дня детей и подростков. Гигиенические принципы организации учебной работы в школе. Школьная зрелость

2. **Цель:** формирование у студентов гигиенических теоретических знаний о режиме дня детей и подростков, понятия школьной зрелости, принципах организации учебной работы в школе; влиянии факторов внутришкольной среды на состояние здоровья и физическое развитие подрастающего поколения, а также практических умений и навыков применения данных знаний в профессиональной деятельности врача педиатра.

3. **Аннотация лекции:**

Физиолого-гигиенические принципы построения режима дня для детей и подростков. Утомление, переутомление, диагностика этих состояний на доклиническом уровне и роль врача в первичной профилактике заболеваний. Гигиенические основы режима дня. Основные режимные моменты, их последовательность и продолжительность для детей преддошкольного, дошкольного и школьного возрастов. Факторы, способствующие развитию утомления. Профилактика переутомления. Роль активного отдыха в профилактике утомления.

Гигиенические принципы организации учебной работы в школе. Школьная зрелость. Гигиена учебных занятий в школе. Определение готовности к обучению по комплексу медицинских психофизиологических критериев. Особенности обучения 6-летних детей.

4. **Форма организации лекции**

- *информационная (традиционная);*

*-наглядная,*

*-словесная,*

5. **Методы, используемые на лекции**

- *объяснительно-иллюстративные,*

*- репродуктивные.*

 - *междисциплинарное обучение,*

*- мозговой штурм*

6. **Средства обучения:**

- дидактические (*таблицы, схемы, плакаты).*

1. Система физического воспитания детей и подростков.
2. Бюджет времени в суточном режиме детей дошкольного возраста.
3. Работоспособность учащихся в зависимости от длительности сна. (по М.В. Антроповой).
4. Умственное утомление в динамике учебного года.
5. Структура и физическая кривая занятия физической культурой.
6. Динамика работоспособности учащихся в течении учебного дня.
7. Динамика работоспособности детей и подростков.
8. Изменение работоспособности учащихся 1 класса в течении учебного дня.
9. Схема восстановления работоспособности.
10. Изменение работоспособности учащихся 7-летнего возраста в течение урока.
11. Гигиенические требования к построению урока физической культуры.
12. Работоспособность учащихся.
13. Продолжительность различных видов суточной деятельности (в часах).
14. Допустимая длительность использования технических средств обучения (ТСО) на уроках (в минутах).

- материально-технические:

1.Специально оборудованные:

- аудитория-105,28м2

- мультимедийный проектор- мел, доска

**Лекция №17.**

1. **Тема:** Гигиенические принципы организации трудового обучения, профотбор и профориентация: влияние условий труда на состояние здоровья и физическое развитие подростков.

2. **Цель:** формирование у студентов гигиенических теоретических знаний о принципах организации трудового обучения, особенностях и методах профотбора и профориентации, врачебно-профессиональной консультации, влиянии условий труда на состояние здоровья и физическое развитие подростков а также практических умений и навыков применения данных знаний в профессиональной деятельности врача педиатра.

3. **Аннотация лекции:**

Гигиена трудового и производственного обучения. Влияние труда на физическое развитие и состояние здоровья детей и подростков. Нормирование видов труда в зависимости от пола и возрастных особенностей. Влияние распределения уроков труда в расписании дня и недели на работоспособность учащихся. Гигиенические требования к планировке и оборудованию мастерских для политехнического обучения.

Профориентация и врачебно – профессиональная консультация. Основные направления работы врача детских и подростковых учреждений по профилактике заболеваемости работающих подростков и проведению лечебно – оздоровительных мероприятий.

4. **Форма организации лекции**

- *информационная (традиционная);*

*-наглядная,*

*-словесная,*

5. **Методы, используемые на лекции**

- *объяснительно-иллюстративные,*

*- репродуктивные.*

 - *междисциплинарное обучение,*

*- мозговой штурм*

6. **Средства обучения:**

- дидактические (*таблицы, схемы, плакаты).*

1. Динамика работоспособности подростков станочников и взрослых рабочих.
2. Схема восстановления работоспособности.
3. Функциональное состояние организма операторов ОГПЗ в динамике вахты.
4. Рабочие позы во время занятий в столярной мастерской.
5. Примерная схема режима дня учащихся средней общеобразовательной трудовой политехнической сельской школы с производственным обучением.
6. Схема размещения оборудования школьной мастерской по обработке дерева (М.В. Антропова, Л.В. Михайлова).
7. Динамика работоспособности детей и подростков.
8. Подбор высоты столярного и слесарного верстаков.
9. Планировка и размещение оборудования мастерских.
10. Профессиограммы операторов, машинистов, слесарей.
11. Санитарная характеристика детальной профессии.
12. Профессионально-производственные факторы, противопоказанные при заболеваниях.

- материально-технические:

1.Специально оборудованные:

- аудитория-105,28м2

- мультимедийный проектор- мел, доска

**Лекция №18.**

1. **Тема:** Гигиенические требования к организации питания в организованных детских коллективах.

2. **Цель:** формирование у студентов гигиенических теоретических знаний о принципах организации питания в организованных детских коллективах, особенностях и методах составления пищевого рациона и режима питания детей и подростков, влиянии организации питания на состояние здоровья и физическое развитие детей и подростков, а также практических умений и навыков применения данных знаний в профессиональной деятельности врача педиатра.

3. **Аннотация лекции:**

Дифференцированное питание детей и подростков в дошкольных учреждениях, школах, школах**-**интернатах, НПО и СПОв зависимости от возраста. Методы изучения питания. Врачебный контроль за количественной и качественной стороной пищевого рациона и режимом питания детей и подростков.

Гигиенические требования к планировке, оборудованию и содержанию пищевых блоков детских учреждений. Гигиенические требования к качеству пищевых продуктов, их хранению, транспортировке и кулинарной обработке.

4. **Форма организации лекции**

- *информационная (традиционная);*

*-наглядная,*

*-словесная,*

5. **Методы, используемые на лекции**

- *объяснительно-иллюстративные,*

*- репродуктивные.*

 - *междисциплинарное обучение,*

*- мозговой штурм*

6. **Средства обучения:**

- дидактические (*таблицы, схемы, плакаты).*

1. Нормы физиологических потребностей для детей и подростков (в день).
2. Рациональное потребление основных компонентов пищи для детей, подростков и лиц пенсионного возраста (сут. рацион).
3. Преимущественное предназначение пищевых продуктов, используемых в питании человека для удовлетворения потребностей организма.
4. Режим питания различных групп населения (в % от суточной ценности рациона).
5. Рекомендуемые величины потребления витаминов различными группами населения.

- материально-технические:

1.Специально оборудованные:

- аудитория-105,28м2

- мультимедийный проектор- мел, доска