

САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ
АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

**«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ
ПСИХОЛОГИИ И СОЦИАЛЬНОЙ РАБОТЫ»
(СПбГИПСР)**

КАФЕДРА КОНСУЛЬТАТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ И ПСИХОЛОГИИ ЗДОРОВЬЯ

**УТВЕРЖДЕНО**
Руководитель ОПОП
канд. психол. наук, доцент
С.В. Крайнюков

«29» мая 2020 г.

Рабочая программа дисциплины

**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ
ДЕТЯМ И ПОДРОСТКАМ**

по образовательной программе 37.05.01 Клиническая психология

«Клинико-психологическая помощь ребенку и семье»

Разработчик: канд. психол. наук, доцент Маргошина И.Ю.

Согласовано: зав. кафедрой, канд. психол. наук, доцент Крайнюков Сергей Владимирович

Санкт-Петербург

2020

РАЗДЕЛ 1. Учебно-методический раздел рабочей программы дисциплины

1.1. Аннотация рабочей программы дисциплины

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В РАБОТЕ С СЕМЬЯМИ, ОЖИДАЮЩИМИ РЕБЕНКА

Цель изучения дисциплины: формирование навыков применения современных здоровьесберегающих технологий в работе с семьями, ожидающими ребенка.

Задачи дисциплины:

1. Проанализировать современные данные о репродуктивном, физическом и психическом здоровье будущих родителей
2. Рассмотреть существующие формы организации школ материнства, отцовства, школ здоровой семьи
3. Сформировать навыки применения здоровьесберегающих технологий в работе с будущими родителями

Содержание дисциплины:

Введение. Современное состояние репродуктивного, физического и психического здоровья будущих родителей

Технологии здоровьесбережения в физической подготовке к родам и рождению ребенка

Технологии нормализации психологического микроклимата в семье, ожидающей ребенка

Технологии здоровьесозидания младенца и матери в постнатальном периоде

Разработка индивидуальных и групповых программ сопровождения семей, ожидающих ребенка на основе диагностики, мониторинга и коррекции их ресурсов здоровья

1.2. Цель и задачи обучения по дисциплине

Цель изучения дисциплины: формирование навыков применения современных здоровьесберегающих технологий в работе с семьями, ожидающими ребенка.

Задачи:

1. проанализировать современные данные о репродуктивном, физическом и психическом здоровье будущих родителей
2. рассмотреть существующие формы организации школ материнства, отцовства, школ здоровой семьи
3. сформировать навыки применения здоровьесберегающих технологий в работе с будущими родителями

В результате освоения дисциплины студенты **должны:**

знать:

- современное состояние репродуктивного, физического и психического здоровья будущих родителей
- основные формы организации школ материнства, отцовства, школ "здоровой семьи"
- современные технологии здоровьесбережения в работе с семьями, ожидающими ребенка

уметь:

- применять методы мониторинга психофизиологических особенностей беременной женщины
- применять на практике остеопатическую и адаптационную гимнастику;

- применять на практике методы диафрагмального дыхания и его модификаций
- применять технологии развивающего ухода

иметь навыки:

- разработки программы индивидуального или группового сопровождения семьи, ожидающей ребенка
- применения здоровьесберегающих технологий в работе с семьей, ожидающей ребенка

1.3. Язык обучения

Язык обучения – русский.

1.4. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий, самостоятельную работу, форму промежуточной аттестации*

Форма обучения	Общий объем дисциплины			Объем в академических часах								
				Объем самостоятельной работы	Объем контактной работы обучающихся с преподавателем							
	В зач.ед.	В астрон часах	В академических часах		Всего	Виды учебных занятий					В том числе контактная работа (занятия) в инновационных формах	
						Всего учебных занятий	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Групповые консультации	Индивидуальные консультации		
Очная	3	81	108	56	52	48	18	30	-	-	16	4

* В случае реализации смешанного обучения рабочая программа дисциплины адаптируется преподавателем в части всех видов учебных занятий и промежуточной аттестации к использованию дистанционных образовательных технологий.

1.5. Планируемые результаты обучения по дисциплине, обеспечивающие достижение планируемых результатов освоения образовательной программы

Планируемые результаты обучения по образовательной программе (перечень компетенций в соответствии с ФГОС и ОПОП)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (перечень компетенций по дисциплине)
с ОК-1 по ОК-9 с ОПК-1 по ОПК-3 с ПК-1 по ПК-7, ПК-10 с ПСК-4.1 по ПСК-4.11	- готовность и способность осуществлять психологическое консультирование населения в целях психопрофилактики, сохранения и улучшения психического и физического здоровья, формирования здорового образа жизни, а также личностного развития (ПК-7); - способность и готовностью к разработке и реализации программ работы с детьми по психопрофилактике и психокоррекции аномалий развития с учетом клинико-психологической оценки их структуры (ПСК-4.8)

РАЗДЕЛ 2. Структура и содержание дисциплины

2.1. Учебно-тематический план дисциплины.

Очная форма обучения

Тема (раздел) дисциплины (указывается номер темы, название)	Общее количество аудиторных часов	Общее кол-во часов на занятия лекционного типа	Общее кол-во часов на занятия семинарского типа	
			Всего	Из них интерактивные формы
Тема 1. Введение. Современное состояние репродуктивного, физического и психического здоровья будущих родителей	6	2	4	-
Тема 2. Технологии здоровьесбережения в физической подготовке к родам и рождению ребенка	12	4	8	4
Тема 3. Технологии нормализации психологического микроклимата в семье, ожидающей ребенка	10	4	6	4
Тема 4. Технологии здоровьесозидания младенца и матери в постнатальном периоде	12	4	8	4
Тема 5. Разработка индивидуальных и групповых программ сопровождения семей, ожидающих ребенка на основе диагностики, мониторинга и коррекции их ресурсов здоровья.	8	4	4	4
Итого:	48	18	30	16

2.2. Краткое содержание тем (разделов) дисциплины

Тема 1. Современное состояние репродуктивного, физического и психического здоровья будущих родителей.

Понятие "здоровье" человека. Репродуктивный потенциал населения. Физическое и психическое здоровье. Естественные волны численности популяции. демография. "Русский крест" - демографические проблемы России. Репродуктивные потери и возможности их снижения. Влияние экологических факторов на репродуктивный потенциал населения России. Социальные факторы в репродуктивном потенциале народонаселения страны. Современные родовспомогательные технологии.

Тема 2. Технологии здоровьесбережения в физической подготовке к родам и рождению ребенка

Экологические факторы, влияющие на здоровье беременной женщины и плода. Методы обеспечения экологической безопасности. Возможности повышения сопротивляемости организма. Здоровое питание, закаливание. Естественное диафрагмальное дыхание, его преимущества для беременной женщины и плода. Биомеханизм родов в естественном родовом процессе. Негативные влияния гипоксии на развитие плода; гипоксия, асфиксия в родах. Возможная профилактика гипоксии. Телесная подготовка к родам и рождению - методы ЛФК,

гимнастические комплексы: остеопатическая гимнастика, адаптационная гимнастика, ЛФК. Методы функционального биоуправления в подготовке к родам и здоровьесберегающий потенциал - метод БОС (ФБУ). Остеопатия, ее возможности в работе с семьей, ожидающей ребенка. Телесноориентированная психотерапия. Родовая парасимпатическая доминанта.

Тема 3. Технологии нормализации психологического микроклимата в семье, ожидающей ребенка

Развитие психофизических способностей плода, обуславливающее возможности "воспитания в утробе". Психологическая адаптация и дезадаптация женщины в беременности. Организация психологической помощи беременным женщинам. Духовно-нравственное развитие, визуализация, воспитание до рождения, мосты родительства. Возможности арт-терапии в работе с семьей, ожидающей ребенка: музыкотерапия, пескотерапия. традиционная народная культура, пестование младенцев в традиционной народной культуре. Влияние психогенных стрессовых факторов на развитие плода. Основные постулаты теории привязанности в перинатальном периоде. Понятие Дада, триада, роль отца в формировании психологического микроклимата семьи, ожидающей ребенка.

Тема 4. Технологии здоровьесозидания младенца и матери в постнатальном периоде

Постнатальный период. Ранний послеродовой период. Формирование и развитие гестационной доминанта - родовой доминанта - материнской доминанта. Период новорожденности, психофизические особенности новорожденного: шкала Апгар, врожденные рефлексы новорожденных. Понятие "физический интеллект" и "эмоциональный интеллект". Гигиенический и развивающий уход за новорожденным. Пестование младенцев: материнский массаж, вестибулярная гимнастика, аутентичный фольклор. Этапы и характеристики периодов развития ребенка. Грудничковый период, грудное вскармливание. Понятие "раннее развитие" Формирование привязанности в послеродовом периоде. Диада "мать-дитя" и триада "мать-дитя-отец".

Тема 5. Разработка индивидуальных и групповых программ сопровождения семей, ожидающих ребенка на основе диагностики, мониторинга и коррекции их ресурсов здоровья

Возможности мониторинга функциональных ресурсов здоровья. Индивидуальный листок здоровья беременной женщины. Влияние особенностей позвоночника, пояса нижних конечностей и мышечно-связочного аппарата таза беременной женщины на здоровье плода. Возможности диагностики и коррекции: проба Воячека, жизненная емкость легких, уровень стояния таза, дельта таза, дельта ног. Мониторинг функциональных ресурсов здоровья: тест "Домики" О.А. Ореховой. Ресурсы эмоционально-личностного развития и эмоционального благополучия. Формирования адекватной детско-родительской привязанности в перинатальном

периоде. Отклонения и возможные последствия нарушения формирования детско-родительской привязанности. Программа здоровьесберегающего сопровождения семьи в ожидании ребенка на примере программы "К здоровой семье через детский сад".

2.3. Описание занятий семинарского типа

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 1.

ТЕМА: Современное состояние репродуктивного, физического и психического здоровья будущих родителей.

Цель: формирование у студентов представлений о современном репродуктивном потенциале человека

Понятийный аппарат: здоровье, репродуктивный потенциал, физическое здоровье, психическое здоровье, волны численности популяции, демография

Практическое задание:

Студенты разбиваются на группы из 3-4 человек, каждая группа выбирает один из вопросов, и готовят по нему творческое выступление длительностью не более 5 минут.

Вопросы для обсуждения:

- Естественные популяционные волны
- Репродуктивный потенциал населения
- Понятие "здоровье" человека
- Репродуктивные потери и возможности их снижения
- "Русский крест" - демографические проблемы России
- Влияние экологических факторов на репродуктивный потенциал населения России
- Социальные факторы в репродуктивном потенциале народонаселения страны
- Современные родовспомогательные технологии - плюсы или минусы?

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 2.

ТЕМА: Технологии здоровьесбережения в физической подготовке к родам и рождению ребенка.

Цель: формирование у студентов представлений о методах и технологиях созидания физического здоровья у женщин и плода в период беременности

Понятийный аппарат: здоровое питание, закаливание, экологическая безопасность, дыхание, диафрагма, диафрагмальное дыхание, естественный родовой процесс, гипоксия, асфиксия, остеопатическая гимнастика, адаптационная гимнастика, ЛФК, остеопатия, метод БОС (ФБУ), телесноориентированная психотерапия, родовая парасимпатическая доминанта.

Практические задания: Студенты разбиваются на группы из 3-4 человек, каждая группа выбирает один из вопросов, и готовят по нему творческое выступление длительностью не более 5 минут.

Вопросы для обсуждения:

- Экологические факторы, влияющие на здоровье беременной женщины и плода
- Методы обеспечения экологической безопасности
- Возможности повышения сопротивляемости организма
- Отличие естественного диафрагмального дыхания, его преимущества для беременной

женщины и пода

- Телесная подготовка к родам и рождению - методы ЛФК, гимнастические комплексы
- Негативные влияния гипоксии на развитие плода; гипоксия, асфиксия в родах.

Возможная профилактика гипоксии

▪ Методы функционального биоуправления в подготовке к родам и здоровьесберегающий потенциал (метод ФБУ, БОС)

- Остеопатия, ее возможности в работе с семьей, ожидающей ребенка

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 3.

ТЕМА: Технологии нормализации психологического микроклимата в семье, ожидающей ребенка.

Цель: формирование у студентов представлений о технологиях нормализации психологического микроклимата в семье, ожидающей ребенка.

Понятийный аппарат: психологическая адаптация, психологическая помощь, духовно-нравственное развитие, визуализация, воспитание до рождения, диада, триада, мосты родительства, теория привязанности, музыкотерапия, арт-терапия. традиционная народная культура, пестование младенцев

Практическое задание:

Студенты разбиваются на группы из 3-4 человек, каждая группа выбирает один из вопросов, и готовят по нему творческое выступление длительностью не более 5 минут.

Вопросы для обсуждения:

▪ Развитие психофизических способностей плода, обуславливающее возможности "воспитания в утробе"

- психологическая адаптация и дезадаптация женщины в беременности
- влияние психогенных стрессовых факторов на развитие плода
- основные постулаты теории привязанности в перинатальном периоде
- возможности арттерапии в работе с семьей, ожидающей ребенка
- роль отца в формировании психологического микроклимата семьи, ожидающей ребенка

- пестование младенцев в традиционной народной культуре.

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 4.

ТЕМА: Технологии здоровьесозидания младенца и матери в постнатальном периоде.

Цель: формирование у студентов представлений о технологиях здоровьесозидания младенца и матери в постнатальном периоде.

Понятийный аппарат: постнатальный период, ранний послеродовой период, гестационная доминанта - родовая доминанта - материнская доминанта, роженица - родильница, период новорожденности, шкала Апгар, врожденные рефлексы новорожденных, гигиенический и развивающий уход за новорожденным, физический и эмоциональный интеллект, материнский массаж, вестибулярная гимнастика, грудничковый период, грудное вскармливание, раннее развитие

Практическое задание:

Студенты разбиваются на группы из 3-4 человек, каждая группа выбирает один из вопросов, и готовят по нему творческое выступление длительностью не более 5 минут.

Вопросы для обсуждения:

- формирование и развитие гестационной - родовой - материнской доминанты
- психофизические особенности новорожденного
- понятие "физический интеллект"
- отличие гигиенического и развивающего ухода
- этапы и характеристики периодов развития ребенка (прогрессивная стадия развития)
- понятие "раннее развитие", аргументы за и против
- формирование привязанности в послеродовом периоде
- диада "мать-дитя" и триада "мать-дитя-отец"

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 5.

ТЕМА: Разработка индивидуальных и групповых программ сопровождения семей, ожидающих ребенка на основе диагностики, мониторинга и коррекции их ресурсов здоровья.

Цель: формирование у студентов представлений о возможностях диагностики и мониторинга ресурсов здоровья будущих родителей и составления на их основе индивидуальных или групповых программ сопровождения

Понятийный аппарат: индивидуальный листок здоровья, проба Воячека, жизненная емкость легких, уровень стояния таза, дельта таза, дельта ног, мониторинг функциональных ресурсов здоровья, тест "Домики" О.А. Ореховой, программа сопровождения семьи в ожидании ребенка

Практическое задание:

Студенты разбиваются на группы из 3-4 человек, каждая группа выбирает один из вопросов, и готовят по нему творческое выступление длительностью не более 5 минут.

Вопросы для обсуждения:

- Влияние особенностей позвоночника, пояса нижних конечностей и мышечно-связочного аппарата таза беременной женщины на здоровье плода - младенца
- возможности мониторинга функциональных ресурсов здоровья
- ресурсы эмоционально-личностного развития и эмоционального благополучия
- важность формирования адекватной детско-родительской привязанности в перинатальном периоде
- отклонения и возможные последствия нарушения формирования детско-родительской привязанности

2.4. Описание занятий в интерактивных формах

По возможности, практические интерактивные занятия будут проходить на базе женской консультации №16 Василеостровского района

Тема 1.

Занятий в интерактивной форме не предусмотрено

Тема 2.

Практическое задание 1.

Формирование у студентов навыка естественного релаксационного диафрагмального дыхания и его модификаций, используемых в естественном родовом процессе.

Студенты разбиваются на группы по 2 человека. Под руководством преподавателя тестируют свое дыхание и обучаются навыку релаксационного диафрагмального дыхания в парах.

Практическое задание 2.

Работа с макетами. Изучение на анатомических макетах биомеханизма естественных родов.

Тема 3.

Практическое задание 1. Традиционная народная пластика, как элемент психофизической подготовки беременной к родам.

Студенты участвуют в круговых и линейных хороводах, используемых в программе подготовки беременных к родам "К здоровой семье через детский сад".

Практическое задание 2. Изготовление традиционной народной куклы.

Студенты осваивают технологию изготовления народной куклы-оберега "крутышка".

Практическое задание 3. Методы ношения ребенка на руках и в слинге.

Студенты знакомятся с разными типами слингов, методами взятия ребенка на руки, ношения на руках и в слинге.

Тема 4.

Практическое задание 1-5. Приемы формирования физического интеллекта.

Студенты осваивают технологии развивающего ухода - "пестования младенцев":

- материнский массаж
- вестибулярная гимнастика
- комплекс "врожденные рефлексy"
- элементы аквагимнастики
- аутентичное фольклорное сопровождение комплекса

Тема 5.

Изучение методов диагностики и мониторинга ресурсов здоровья.

Практическое задание 1. Заполнение индивидуального листка здоровья.

Практическое задание 2. Диагностика физического здоровья:

проба Воячека, жизненная емкость легких, уровень стояния таза, дельта таза, дельта ног.

Практическое задание 3. Мониторинг функциональных ресурсов здоровья - тест "Домики" О.А. Ореховой.

Практическое задание 5. Итоговая конференция.

Студенты защищают подготовленную в процессе выполнения самостоятельной работы программу сопровождения семьи в ожидании ребенка из выбранной категории.

Время выступления - 5 минут. Далее - обсуждение и дискуссия.

2.5. Организация планирования встреч с приглашенными представителями организаций

В рамках курса «Здоровьесберегающие технологии в работе с семьями, ожидающими ребёнка» предусматривается возможность одной-двух встреч со штатным клиническим психологом, руководителем школы будущих родителей, заведующей отделением - сотрудниками женской консультации №16 Василеостровского района Санкт-Петербурга.

2.6. Особенности освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья

Обучение студентов с ограниченными возможностями здоровья при необходимости осуществляется на основе адаптированной рабочей программы с использованием специальных методов обучения и дидактических материалов, составленных с учетом особенностей

психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся (обучающегося).

В целях освоения учебной программы дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья обеспечивается:

1) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

- размещение в доступных для обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими, местах и в адаптированной форме справочной информации о расписании учебных занятий;
- присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;
- выпуск альтернативных форматов методических материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);

2) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- надлежащими звуковыми средствами воспроизведение информации;

3) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата:

- возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, туалетные комнаты и другие помещения института, а также пребывание в указанных помещениях.

Получение образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах или в отдельных организациях.

Перечень учебно-методического обеспечения самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Категории студентов	Формы
С нарушением слуха	- в печатной форме; - в форме электронного документа
С нарушением зрения	- в печатной форме увеличенным шрифтом; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла
С нарушением опорно-двигательного аппарата	- в печатной форме; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

Перечень фондов оценочных средств, соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы.

Для студентов с ограниченными возможностями здоровья предусмотрены следующие оценочные средства:

Категории студентов	Виды оценочных средств	Формы контроля и оценки результатов обучения
С нарушением слуха	тест	преимущественно письменная проверка
С нарушением зрения	собеседование	преимущественно устная проверка (индивидуально)
С нарушением опорно-двигательного аппарата	Решение дистанционных тестов, контрольные вопросы	-

Студентам с ограниченными возможностями здоровья увеличивается время на подготовку ответов к зачёту, разрешается готовить ответы с использованием дистанционных образовательных технологий.

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций. При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. Процедура оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине предусматривает предоставление информации в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся. При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине (модулю) обеспечивается выполнение следующих дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся:

- инструкция по порядку проведения процедуры оценивания предоставляется в доступной форме (устно, в письменной форме);

- доступная форма предоставления заданий оценочных средств (в печатной форме, в печатной форме увеличенным шрифтом, в форме электронного документа, задания зачитываются ассистентом);

- доступная форма предоставления ответов на задания (письменно на бумаге, набор ответов на компьютере, с использованием услуг ассистента, устно).

При необходимости для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов процедура оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю) может проводиться в несколько этапов.

Проведение процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины. Для освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья предоставляются основная и дополнительная учебная литература в виде электронного документа в фонде библиотеки и / или в электронно-библиотечных системах.

Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине Освоение дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с использованием средств обучения общего и специального назначения:

- лекционная аудитория – мультимедийное оборудование (для студентов с нарушениями слуха);

- учебная аудитория для практических занятий (семинаров) мультимедийное оборудование, (для студентов с нарушениями слуха).

2.7. Методические указания для студентов по освоению дисциплины

Теоретико-методологической основой данного курса выступают междисциплинарные исследования в области клинической психологии и перинатальной психологии.

Основными принципами изучения данной дисциплины являются:

- принцип развивающего и воспитывающего обучения;
- принцип культуру-природосообразности;
- принцип научности и связи теории с практикой;
- принцип систематичности;
- принцип наглядности;
- принцип доступности;
- принцип положительной мотивации и благоприятного климата обучения.

Методическое обеспечение дисциплины осуществляется за счёт использования современных учебников (учебных комплексов, справочной литературы, словарей, интернет-сайтов специальных зданий и организаций) и учебных пособий, касающихся проблематики изучаемой дисциплины.

2.8. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Учебная аудитория, оборудованная мультимедийным оборудованием и аудио системой, с возможностью демонстрации интерактивных пособий и учебных фильмов, с доступом к сети Интернет.

Используемое оборудование: комплекты специализированной мебели, наглядно-учебные пособия (анатомические муляжи, схемы, таблицы), мультимедийное оборудование с доступом к сети Интернет.

РАЗДЕЛ 3. Требования к самостоятельной работе студентов в рамках освоения дисциплины

Методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы

Самостоятельная работа студентов в рамках дисциплины "Здоровьесберегающие технологии в работе с семьями, ожидающими ребёнка" является одним из базовых компонентом обучения, приобретения общекультурных и профессиональных компетенций, предусмотренных компетентностно-ориентированным учебным планом и рабочей программой учебной дисциплины. В процессе самостоятельной работы студенты проявляют свои творческие качества, поднимаются на более высокий уровень профессионализации.

При изучении курса используются следующие формы самостоятельной работы:

- работа с книгой;
- работа со словарями;
- работа с анатомическими атласами;
- конспектирование;

- тезирование;
- систематизация материала и заполнение таблиц;
- подготовка докладов в форме иллюстрированных презентаций и видеосюжетов по заданным темам.

Оформление самостоятельной работы:

1. Титульный лист.

Образец титульного листа определяется Положением об аттестации учебной работы студентов института, и опубликован на сайте www.psysocwork.ru раздел «Учебный процесс» / «самостоятельная работа».

2. Устанавливаются следующие требования к оформлению самостоятельной работы:

- параметры страницы (210x297 мм) А4;
- интервал полуторный;
- шрифт 12, Times New Roman;
- поля страницы: левое – 2 см, правое – 1,5 см, верхнее – 2 см, нижнее – 2 см.
- все страницы должны иметь сквозную нумерацию арабскими цифрами в верхнем правом углу.

3.1. Задания для самостоятельной работы по каждой теме (разделу) учебно-тематического плана

Самостоятельная работа предполагает разработку программы "Школы здоровой семьи" с учетом психофизиологических особенностей будущих родителей, срока беременности и/или иной жизненной ситуации семьи. Разрабатываемая программа должна быть максимально реалистичной.

Слушателю необходимо выбрать ситуацию из следующего списка или предложить свой вариант:

1. Семья, где женщина на первом триместре беременности
2. Семья, где женщина на втором триместре беременности
3. Семья, где женщина на третьем триместре беременности
4. Семья, только планирующая беременность
5. Семья, ожидающая третьего, четвертого или пятого ребенка
6. Женщина на любом сроке беременности, планирующая воспитывать ребенка без участия отца ребенка
7. Семья, где женщина на 37-38 неделе беременности
8. Семья, планирующая посещать занятия вместе с будущей бабушкой

9. Занятия планирует посещать только отец ребенка.
10. На занятиях будет присутствовать старший ребенок вместе с родителями.

При разработке программы необходимо указать:

1. Предполагаемое место и форму (коммерческая, бюджетная, волонтерская организация) проведения "Школы здоровой семьи" (можно предложить свое название). При выборе коммерческой формы, нужно указать стоимость участия в программе
2. Это будет индивидуальная или групповая (указать количество человек) работа
3. Срок беременности, на котором семья обращается в Школу и/или иную жизненную ситуацию семьи
4. Количество предполагаемых встреч и их длительность
5. План занятия для каждой встречи, с указанием времени на каждый вид активности
6. Возможный вариант мониторинга психофизиологических показателей беременной женщины (или пары) - заполненный "листок здоровья"
7. Описать предполагаемый результат посещения занятий "Школы здоровой семьи" для семьи ожидающей ребенка

Оформление самостоятельной работы

Самостоятельная работа оформляется в форме электронной презентации, которая демонстрируется слушателем на занятии при наличии времени или сдается преподавателю для проверки.

Структура презентации:

- слайд 1 – титульный лист (образец титульного листа определяется Положением об аттестации учебной работы студентов института, и опубликован на сайте www.psysocwork.ru раздел «Учебный процесс» / «самостоятельная работа»);
- слайд 2 – общая информация (пункты 1-4)
- слайд 3 – описание программы (пункты 4-5)
- слайд 4 – возможный вариант мониторинга психофизиологических показателей беременной женщины (или пары) (пункт 6)
- слайд 5 - предполагаемый результат (пункт 7)

Размер шрифта – не менее 18 пт.

Допустимые форматы файла – ppt, pptx, pdf.

3.2. Критерии оценки результатов выполнения самостоятельной работы

Оценка самостоятельной работы осуществляется в соответствии с Положением об аттестации учебной работы студентов института в рамках балльно-рейтинговой системы оценки учебной работы студентов.

Баллы БРС присваиваются следующим образом:

- 30 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы достойны отличной оценки;
- 25 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны хорошей оценки;
- 20 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны удовлетворительной оценки;
- 10 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в не полном объеме (не менее 75% заданий), все работы в среднем достойны оценки не ниже хорошей;
- 0 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны неудовлетворительной оценки.

РАЗДЕЛ 4. Фонд оценочных средств

4.1. Материалы, обеспечивающие методическое сопровождение оценки качества знаний по дисциплине на различных этапах ее освоения.

К основным формам контроля, определяющим процедуры оценивания знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций по дисциплине «Здоровьесберегающие технологии в работе с семьями, ожидающими ребёнка» относится рубежный контроль (теста минимальной компетентности), промежуточная аттестация в форме экзамена по дисциплине.

Критериями и показателями оценивания компетенций на различных этапах формирования компетенций являются:

- знание терминов, понятий, категорий, концепций и теорий по дисциплине;
- понимание связей между теорией и практикой;
- сформированность аналитических способностей в процессе изучения дисциплины;
- знание специальной литературы по дисциплине.

Шкала оценивания компетенций на различных этапах их формирования включает следующие критерии:

- полное соответствие;
- частичное соответствие;
- несоответствие.

4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения дисциплины

Тема (раздел) дисциплины (указывается номер темы, название)	Компетенции по дисциплине
Тема 1. Введение. Современное состояние репродуктивного, физического и психического здоровья будущих родителей	ПСК-4.8; ПК-7
Тема 2. Технологии здоровьесбережения в физической подготовке к родам и рождению ребенка	ПСК-4.8; ПК-7
Тема 3. Технологии нормализации психологического микроклимата в семье, ожидающей ребенка	ПСК-4.8; ПК-7
Тема 4. Технологии здоровьесозидания младенца и матери в постнатальном периоде	ПСК-4.8; ПК-7
Тема 5. Разработка индивидуальных и групповых программ сопровождения семей, ожидающих ребенка на основе диагностики, мониторинга и коррекции их ресурсов здоровья	ПСК-4.8; ПК-7

4.3. Описание форм аттестации текущего контроля успеваемости (рубежного контроля) и итогового контроля знаний по дисциплине (промежуточной аттестации по дисциплине)

Рубежный контроль (текущий контроль успеваемости) Порядок проведения рубежного контроля регулируется Положением об аттестации учебной работы студентов института.

Форма контроля по дисциплине «Здоровьесберегающие технологии в работе с семьями, ожидающими ребёнка» - демонстрация студентом навыка, приобретенного в ходе практических занятий.

Порядок проведения - проводится один раз в семестр после изучения 50% учебного материала дисциплины, запланированного на семестр. Рубежный контроль проходят студенты очной и очно-заочной форм обучения. Студенты заочной формы обучения рубежный контроль не проходят.

Требования к успеваемости - студенты, не аттестованные в установленные сроки в рамках рубежного контроля, не допускаются к промежуточной аттестации по дисциплине. Студентам, не участвующим в рубежном контроле по уважительным причинам, сроки аттестации могут быть продлены.

4.4. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения дисциплины

Промежуточная аттестация по дисциплине является итоговой проверкой знаний и компетенций, полученных студентом в ходе изучения дисциплины. Промежуточная аттестация

проводится в соответствии с требованиями Положения об аттестации учебной работы студентов института.

Промежуточная аттестация по дисциплине «Здоровьесберегающие технологии в работе с семьями, ожидающими ребёнка» проводится в виде экзамена.

Форма проведения аттестации - письменная аттестация.

Примерные вопросы к экзамену:

1. Современные формы организации школ материнства, отцовства, школ здоровой семьи.
2. Репродуктивное здоровье будущих родителей и детей в современном обществе.
3. Физическое и психическое здоровье будущих родителей и детей в современном обществе.
4. Естественные волны репродукции.
5. Социальные факторы риска в репродукции человека.
6. Плюсы и минусы современных репродуктивных технологий.
7. "Русский крест" как демографический феномен России.
8. Особенности физической подготовки женщин к рождению ребенка с точки зрения укрепления ресурсов здоровья матери и ребенка.
9. Основные положения теории привязанности.
10. Методы арт-терапии в работе с беременными.
11. Методика "Мосты родительства".
12. Традиционная народная культура в подготовке семьи к рождению ребенка.
13. Традиционная народная пластика как метод нормализации физического и психоэмоционального статуса беременной и роженицы.
14. Методы мониторинга психофизиологического состояния беременной женщины.
15. Диафрагмальное дыхание, его роль в психофизиологической подготовке к рождению ребенка, особенности практического применения.
16. Биомеханизм родов при естественном родовом процессе.
17. Родовая поза и ее влияние на родовой процесс.
18. Помощник в родах, его функции и возможности.
19. Психологический инструментарий в работе с семьей в ожидании ребенка.
20. Отец ребенка как помощник в родах - доводы за и против.
21. Шкала Апгар.
22. Врожденные рефлексы новорожденных.
23. Приемы и методы развивающего ухода.

24. Оценка состояния и особенностей новорожденного, для формирования программы последующего развивающего ухода.

25. Комплекс "Пестования младенца" как фактор нейрореабилитации.

26. Различия в понятиях и методах "гигиенического" и "развивающего" ухода за ребенком первого года жизни.

27. Влияние материнского массажа на психофизическое развитие младенца.

28. Вестибулярная гимнастика как фактор нейроразвития.

29. Приемы "пестования младенца" в развитии детско-родительской привязанности.

30. Стратегии здоровьесбережения для семей с детьми разного возраста.

Пример типового практико-ориентированного задания

1. К вам на консультацию с запросом на подготовку к родам приходит беременная женщина 35 лет, срок гестации 36 недель, участия мужа в родах не предполагается. Какую программу подготовки к родам и родительству вы ей предложите? Опишите длительность, частоту и тематику занятий, будет ли она групповой или индивидуальной. Обоснуйте ваш ответ.

Пример типового задания в форме теста для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Телесно-психологический контакт, возникающий у матери с ребенком во время его пестования:

- а. жизненно необходим ребенку
- б. может навредить ребенку
- в. может быть заменен на другие развивающие методики

Ответ: а

РАЗДЕЛ 5. Глоссарий

Адаптация биологическая (от лат. adaptatio – приспособление) - процесс приспособления организма. Адаптация может обеспечивать выживаемость в условиях конкретного местообитания, устойчивость к воздействию факторов абиотического и биологического характера, успех в конкуренции с другими видами, популяциями, особями.

Аллокинетические движения у плода – движения возникают на 2-м месяце внутриутробной жизни, вызваны внешними причинами: недостатком кислорода, лекарственными и наркотическими веществами, переносимыми плацентой матери.

Амнион – оболочка, покрывающая зародыш и несущая защитные свойства. Клетки амниона выделяют амниотическую жидкость, которая заполняет амниотическую полость.

Апгар шкала - шкала позволяет дать интегральную оценку приспособляемости младенца к внешней среде. Учитывается цвет кожи, ритм сокращений сердечной мышцы, дыхания, мышечный тонус, проявление рефлексов. Каждый из этих признаков оценивается по двухбалльной системе. Суммарная оценка состояния позволяет отнести ребенка к категории здоровых детей или к группе риска

Ассоциативные области коры больших полушарий (греч. *associare* — присоединять) – высшие интегративные системы мозга, получающие информацию от нескольких сенсорных систем.

Выделяют заднеассоциативные и переднеассоциативные области коры. Заднеассоциативная кора располагается на стыке теменной, височной и затылочной области.

Переднеассоциативная кора расположена в лобной доле, в процессе эволюции своего максимального развития достигает у человека. К ней относится префронтальная область коры, играющая важную роль в обеспечении высших интегративных функции за счет интегрирования информации, поступающей от лимбической системы и сенсорных систем.

Бодрствование – функциональное состояние организма, на фоне которого развивается деятельность. У новорожденного бодрствование продолжается незначительное время, сон составляет до 95 % времени, преобладает быстрый сон. При этом в период новорожденности состояние бодрствования, присущее взрослому организму, отсутствует.

Восприятие - начальный этап познавательного процесса, непосредственно связанный с эмоциональной сферой, вниманием, памятью, мышлением и речью. Процесс восприятия осуществляется благодаря работе сенсорных систем. Психофизиологические механизмы целостного процесса восприятия обеспечиваются интегративной деятельностью мозга.

Врожденные аномалии – все врожденные аномалии формируются в результате отклонений от нормального эмбрионального развития - задержек формирования органов, искажений образующихся зачатков или полного их подавления.

Гетерохронное созревание мозговых структур – принцип созревания структур мозга, при котором ранее формируются более старые структуры, наиболее поздно - более молодые.

Депривация – ограничение или отсутствие.

Детство - единая и многогранная система, определяющая начальный этап становления личности в рамках конкретного социума (Кон, 1986).

Этап индивидуального развития организма, определяющий становления личности в рамках конкретного социума. Психофизиология детства включает возрастные периоды – от 1 до 3-х лет – раннее детство; дошкольное детство – от 3 до 6 лет; 6-10 лет – младший школьный возраст, 10-15 лет – подростковый возраст.

Жизненный цикл – период от зачатия (образования зиготы) до смерти. Разделяют на два периода: пренатальный (внутриутробный), постнатальный (после рождения), который в свою очередь подразделяется на детство, отрочество, зрелость, старость, каждый из которых состоит из нескольких стадий и имеет свои особенности протекания.

Жизнеспособность новорожденного – определяется сразу после рождения ребенка и спустя 5 минут на основе шкалы Апгар. Шкала позволяет дать интегральную оценку приспособляемости младенца к внешней среде. Учитывается цвет кожи, ритм сокращений сердечной мышцы, дыхания, мышечный тонус, проявление рефлексов. Каждый из этих признаков оценивается по двухбалльной системе. Суммарная оценка состояния позволяет отнести ребенка к категории здоровых детей или к группе риска

Захват «совочком» - удержание предмета всей кистью без обособления большого пальца, поднятие предметы, складывая руки «совочком».

Имитация или подражание - (от лат. - «imitatio» - подражание, переимчивость) - обучение, основанное на приобретении индивидуального опыта одним человеком путем повторения действий другого человека. Имитацию рассматривают как способность учиться поведению, наблюдая за действиями других, и как приобретение индивидуального опыта в результате повторения действий другого человека.

Импринтинг (запечатление) - комплекс видоспецифических поведенческих адаптаций животных и человека, появляющийся в быстрой и жесткой фиксации в долговременной памяти отличительных признаков объектов, имеющих для организма важное значение.

Критический период (греч. criticus — переломный) — этап раннего постнатального развития, характеризующийся наиболее интенсивным морфофункциональным созреванием, на протяжении которого из-за отсутствия средовых воздействий та или иная функция может не сформироваться

Критические периоды – на ранних этапах эмбриогенеза относятся к развитию всего организма, позднее – выявляются в развитии отдельных органов.

Материнское поведение – поведение матери в процессе взаимодействия с ребенком, носит видовой характер, обеспечивающий реализацию биологических матриц развития и выживания.

Моторика грубая - движения и действия в которых участвуют крупные мышцы тела.

Моторика тонкая (мелкая) - прогрессирующее умение ребенка использовать возможности своих рук.

Онтогенез – процесс индивидуального развития от момента образования зиготы и до смерти. Условно делят на пренатальный онтогенез и постнатальный онтогенез.

(behavior) целенаправленное взаимодействие организма с окружающей средой, опосредованное внешней двигательной и внутренней психической деятельностью. Поведение

формируется на основе врожденных и приобретенных форм. К врожденным формам поведения относят простые безусловные рефлексы и инстинкты. Приобретенное поведение связано с формированием в течение индивидуальной жизни навыков, приспособительных реакций организма на воздействие внешней среды. Приобретенные формы поведения формируются в процессе обучения. Выделяют три формы приобретенного обучения: неассоциативное, ассоциативное, когнитивное.

Постнатальный период - период от момента рождения до смерти

Пренатальный период – период внутриутробного развития (утробное детство) начинается с момента образования зиготы, длится 266-270 дней и заканчивается рождением ребенка. Пренатальный период внутриутробного развития (утробное детство), начиная с момента импрегнации, длится 266-270 дней и заканчивается рождением ребенка. Этот период условно подразделяют на три стадии: предзародышевую, зародышевую, плодовую.

Рефлексы - специфические рефлексы новорожденного – рефлексы проявляются сразу после рождения и исчезающие во втором полугодии первого года жизни младенца. Относят: рефлекс ползания, хватательный, Моро, плавательный и т.д.

Рефлексы функциональные – рефлексы, обеспечивающие дыхание и кровообращение, и защитные рефлексы, предохраняющие от неблагоприятных воздействий. Сохраняются на протяжении всей жизни человека.

Рефлекторные движения плода – движения возникают с 9-10 недели внутриутробной жизни и потенциально связаны с защитными и пищевыми функциями

Родительское поведение – поведение, направленное на передачу потомству видоспецифических и индивидуальных «диалектов» социального развития

Сенситивный период — период наибольшей чувствительности организма к воздействию факторов среды.

Хорион – собственная оболочка зародыша, образуется из бластоцитов, играет важную роль в питании развивающегося зародыша и удалении продуктов обмена веществ.

Эмбриология – наука о различных сторонах развития зародыша.

РАЗДЕЛ 6. Информационное обеспечение дисциплины**6.1. Перечень рекомендуемой литературы, необходимой для освоения дисциплины**

№	Наименование издания	Тема 1	Тема 2	Тема 3	Тема 4	Тема 5
Основная литература						
1	Добряков И.В. Перинатальная психология: учебное пособие / И.В. Добряков. - Санкт-Петербург : Питер, 2015. - 352 с. - ISBN 978-5-496-01522-6. - URL: https://ibooks.ru/bookshelf/342852/reading . - Текст: электронный.	-	+	+	+	-
2	Филиппова, Г. Г. Психология материнства : учебное пособие для вузов / Г. Г. Филиппова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 212 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06007-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/451674	+	+	+	+	+
Дополнительная литература						
1	Ляксо, Е. Е. Возрастная физиология и психофизиология : учебник для академического бакалавриата / Е. Е. Ляксо, А. Д. Ноздрачев, Л. В. Соколова. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 396 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00861-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/413372	-	-	+	+	-
2	Прохорова, О. Г. Психология семьи. Психологическое здоровье : учебное пособие для вузов / О. Г. Прохорова, В. С. Торохтий. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 152 с. — (Университеты России). — ISBN 978-5-534-06227-4. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/438085	+	+	+	+	+

6.2. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», используемых при освоении дисциплины

1. Психофизиология [Электронный ресурс] // Психология. – Режим доступа: <https://psychologiya.com.ua/psixofiziologiya.html>

6.3. Перечень программного обеспечения, профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для изучения дисциплины

В рамках дисциплины используется следующее лицензионное программное обеспечение: MS OFFICE – Word, Excel, PowerPoint.

В учебном процессе используются следующие информационные базы данных и справочные системы:

East View [Электронный ресурс]: information services. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: <https://dlib.eastview.com/browse/udb/12> . – Загл. с экрана.

Ibooks.ru [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: <https://ibooks.ru> – Загл. с экрана.

Гарант [Электронный ресурс]: информационно-правовое обеспечение. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: <http://cloud.garant.ru/#/startpage:0> . – Загл. с экрана.

Электронная библиотека СПбГИПСР [Электронный ресурс]. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com_irbis&view=irbis&Itemid=456 – Загл. с экрана.

Электронный каталог библиотеки СПбГИПСР [Электронный ресурс]. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com_irbis&view=irbis&Itemid=435 . - Загл. с экрана.

ЮРАЙТ [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: <https://biblio-online.ru/> – Загл. с экрана.

Заведующая библиотекой

_____ Г.Л. Горохова
(подпись, расшифровка)