

Программа онлайн-курса

1

Подготовка к рождению здорового ребёнка

Теория:

- Условия рождения здорового ребенка
- Программа индивидуальной подготовки к родам
- Подготовка семьи к рождению малыша

Практика:

- Гимнастика и массаж в период беременности
- Дыхательно-релаксационный тренинг
- Тренажеры дома

Домашнее задание №1

5

Второй период родов

Теория:

- Потуги. Просто о сложном
- Потребности ребенка и возможности женщины
- Командная работа

Практика:

- Отработка эффективного поведения в потугах
- Ресурсные техники
- Родовый тренинг

Домашнее задание №5

2

Психофизиология родов. Методы естественного обезболивания

Теория:

- Физиология родов
- Боль в родах. Помогающие техники
- Виды дыхания
- Потребности женщины и ребёнка
- Задачи семьи

Практика:

- Помогающее дыхание
- Родовый тренинг

Домашнее задание №2

6

Третий и четвёртый период родов

Теория:

- Третий и четвертый период
- Поведение женщины
- Правила эффективного восстановления
- Мама и малыш в родовом зале
- Физиология и психология
- Послеродовый период в роддоме и дома. Семья, распределение ролей
- Профилактика послеродовых осложнений

Практика: зачетное занятие

- Оптимальное поведение в разные периоды родов
- Тестирование

3

Первый период родов

Теория:

- Что надо знать о предвестниках
- Начало родов
- Эффективная помощь семье женщине в начале родов
- Приезд в роддом

Практика:

- Дыхательные, массажные, релаксационные практики

Домашнее задание №3

7

Грудное вскармливание

Теория:

- Правила грудного вскармливания
- Проблемы и решения в роддоме и дома

Практика:

- Проектирование индивидуального пространства для кормления малыша

Домашнее задание №6

4

Работа в роддоме

Теория:

- Виртуальная экскурсия по родильному дому
- Что необходимо взять в роддом
- Права и обязанности женщины, медицинского персонала
- Командная работа
- Потребности малыша
- Первый период. Фазы родов
- Физические и эмоциональные ощущения женщины
- Эффективная работа женщины
- Роль помощника

Практика:

- Отработка помогающих техник

Домашнее задание №4

8

Развивающий уход за ребенком 1 года жизни

Теория:

- Особенности новорожденного ребенка
- Уход классический и развивающий
- Закаливание и физическое воспитание
- Советы по воспитанию ребенка раннего возраста

Практика:

- Составление программы развития ребенка от 0 до 3 месяцев