

## Программа полного курса по подготовке к родам (очное обучение)

<p><b>1 Мягкое рождение в современном мире</b></p> <p><u>Теория</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– История и современный взгляд на роды</li> <li>– Семейно-ориентированные роды</li> <li>– Программа подготовки</li> <li>– Помогающие технологии</li> </ul> <p><u>Практика</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Тестирование</li> <li>– Дыхательно – релаксационный тренинг</li> <li>– Тренажеры</li> </ul>	<p><b>2 9 месяцев подготовки</b></p> <p><u>Теория</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Формирование родовой доминанты</li> <li>– Психофизиология беременности – 3 триместр</li> <li>– Методы саморегуляции</li> <li>– Помогающее дыхание</li> </ul> <p><u>Практика</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Помогающие технологии</li> <li>– Первый вид дыхания</li> </ul>	<p><b>3 Индивидуальная программа подготовки</b></p> <p><u>Теория</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Формирование родовой доминанты</li> <li>– Остеопатическая подготовка к беременности и родам</li> <li>– Программа индивидуальной подготовки к родам</li> <li>– Физическая культура в беременности, в родах</li> <li>– Физиология родов</li> </ul> <p><u>Практика</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Помогающие технологии</li> <li>– Первый вид дыхания</li> </ul>	<p><b>4 Гармония родов</b></p> <p><u>Теория</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Что надо знать о предвестниках</li> <li>– Латентная фаза 1 периода</li> <li>– Потребности женщины и ребенка</li> <li>– Помощь семье в родах</li> <li>– Второй вид дыхания</li> </ul> <p><u>Практика</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Родовый тренинг латентной фазы первого периода</li> <li>– Помогающие технологии</li> </ul>	<p><b>5 В роддоме как дома</b></p> <p><u>Теория</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Активная фаза родов</li> <li>– Помогающее поведение: женщины, помощника, мед. персонала</li> <li>– Права и обязанности женщины в роддоме, мед. персонала</li> </ul> <p><u>Практика</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Помогающие технологии</li> <li>– Отработка 1 и 2 видов дыхания</li> </ul>
<p><b>6 Ресурсные состояния в помощь маме и малышу</b></p> <p><u>Теория</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Переходная фаза первого периода</li> <li>– Потуги – просто о сложном</li> <li>– Потребности ребёнка и возможности мамы</li> </ul> <p><u>Практика</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Третий вид дыхания</li> <li>– Помогающие технологии</li> </ul>	<p><b>7 Зачётное занятие</b></p> <p><u>Теория:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Мама и малыш в родовом зале</li> <li>– Физиология и психология</li> <li>– Послеродовый период в роддоме и дома</li> <li>– Распределение ролей в семье</li> <li>– Профилактика послеродовых осложнений</li> </ul> <p><u>Практика</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Поведение во 2 периоде</li> <li>– Гимнастика и массаж в период беременности</li> </ul>	<p><b>8 Здоровье в беременность и после родов</b></p> <p><u>Спикер:</u> Шишкина А. В., врач-терапевт</p>	<p><b>9 Искусство грудного вскармливания</b></p> <p><u>Теория</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Физиология и психология грудного вскармливания</li> <li>– Профилактика осложнений</li> </ul> <p><u>Практика</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Позы кормления</li> <li>– Прикладывание к груди</li> <li>– Сцеживание</li> </ul>	<p><b>10 Развивающий уход</b></p> <p><u>Теория</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Новорожденный – физиологические особенности</li> <li>– Мама и ребенок в роддоме</li> <li>– Развивающий уход</li> </ul> <p><u>Практика</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Элементы ежедневного ухода</li> <li>– Массаж, гимнастика, закаливание, плавание</li> </ul>