



ШКОЛА ДЛЯ БУДУЩИХ РОДИТЕЛЕЙ

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ: Г. РЯЗАНЬ, УЛ. ИНТЕРНАЦИОНАЛЬНАЯ, Д.1И

1 ЗАНЯТИЕ. ПРЕДВЕСТНИКИ И НАЧАЛО РОДОВ. РОДЫ 2,3 ПЕРИОДЫ

ДАТА	ВРЕМЯ	НАЗВАНИЕ ЗАНЯТИЯ
22 АВГУСТА (ВТОРНИК)	18:30-18:35	· ОТКРЫТИЕ ШКОЛЫ БУДУЩИХ РОДИТЕЛЕЙ
	18:35-19:20	ПЕРВЫЙ ПЕРИОД РОДОВ: · ДОМА: ПРИЗНАКИ НАЧАЛА РОДОВ. КОГДА ЕХАТЬ В РОДДОМ? · ЧТО БРАТЬ В РОДДОМ? · В РОДДОМЕ: ПУТЬ БУДУЩЕЙ МАМЫ ОТ ПРИЕМНОГО ПОКОЯ ДО РОД.БЛОКА ВТОРОЙ ПЕРИОД РОДОВ: · РОЖДЕНИЕ МАЛЫША ТРЕТИЙ ПЕРИОД РОДОВ: · РОЖДЕНИЕ ПЛАЦЕНТЫ, ПЕРЕРЕЗАНИЕ ПУПОВИНЫ
	ПЕРЕРЫВ 10 МИН	
	19:30-20:00	ЕСЛИ ВАМ ПРЕДСТОИТ КЕСАРЕВО СЕЧЕНИЕ

2 ЗАНЯТИЕ. ЧАЕПИТИЕ С ДОУЛАМИ.

БЕРЕМЕННОСТЬ КАК УДИВИТЕЛЬНЫЙ ПЕРИОД ЖИЗНИ ЖЕНЩИНЫ

ДАТА	ВРЕМЯ	НАЗВАНИЕ ЗАНЯТИЯ
23 АВГУСТА (СРЕДА)	18:30-19:15	1 ГРУППА БЕРЕМЕННОСТЬ: · БЕРЕМЕННОСТЬ КАК УДИВИТЕЛЬНЫЙ ПЕРИОД ЖИЗНИ ЖЕНЩИНЫ; · ТРИ КИТА УСПЕШНЫХ РОДОВ: ПИТАНИЕ, ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА, НАСТРОЙ НА РОДЫ
	ПЕРЕРЫВ 15 МИН	
	19:30-20:15	2 ГРУППА БЕРЕМЕННОСТЬ: · БЕРЕМЕННОСТЬ КАК УДИВИТЕЛЬНЫЙ ПЕРИОД ЖИЗНИ ЖЕНЩИНЫ; · ТРИ КИТА УСПЕШНЫХ РОДОВ: ПИТАНИЕ, ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА, НАСТРОЙ НА РОДЫ

3 ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ С ДОУЛАМИ

ДАТА	ВРЕМЯ	НАЗВАНИЕ ЗАНЯТИЯ
24 АВГУСТА (ЧЕТВЕРГ)	18:30-19:15	1 ГРУППА ВТОРОЙ ПЕРИОД РОДОВ: ·ПРИЕМЫ ЕСТЕСТВЕННОГО ОБЕЗБОЛИВАНИЯ ВО ВРЕМЯ СХВАТОК: СПОСОБЫ ДЫХАНИЯ И РАССЛАБЛЕНИЕ ВО ВРЕМЯ РОДОВ, ЗОНЫ ДЛЯ МАССАЖА, ЗВУКИ, ПОЗИЦИИ В РОДАХ; ·ВТОРОЙ ПЕРИОД РОДОВ - РОЖДЕНИЕ МАЛЫША. ДЫХАНИЕ В ПОТУЖНОМ ПЕРИОДЕ
	ПЕРЕРЫВ 10 МИН	
	19:25-20:10	2 ГРУППА ВТОРОЙ ПЕРИОД РОДОВ: ·ПРИЕМЫ ЕСТЕСТВЕННОГО ОБЕЗБОЛИВАНИЯ ВО ВРЕМЯ СХВАТОК: СПОСОБЫ ДЫХАНИЯ И РАССЛАБЛЕНИЕ ВО ВРЕМЯ РОДОВ, ЗОНЫ ДЛЯ МАССАЖА, ЗВУКИ, ПОЗИЦИИ В РОДАХ; ·ВТОРОЙ ПЕРИОД РОДОВ - РОЖДЕНИЕ МАЛЫША. ДЫХАНИЕ В ПОТУЖНОМ ПЕРИОДЕ

4 ЗАНЯТИЕ. РОЖДЕНИЕ И БЕРЕМЕННОСТЬ ЧЕРЕЗ ВОСПРИЯТИЕ РЕБЕНКА

ДАТА	ВРЕМЯ	НАЗВАНИЕ ЗАНЯТИЯ
29 АВГУСТА (ВТОРНИК)	18:30-19:15	·ОСМОТР МАЛЫША НЕОНАТОЛОГОМ ·ПРИВИВКИ: АНАЛИЗ ПОЛЬЗА/РИСК, ОТВЕТСТВЕННОСТЬ РОДИТЕЛЕЙ
	ПЕРЕРЫВ 10 МИН	
	19:25-20:10	·ЗДОРОВЬЕ МЛАДЕНЦА ЗАКЛАДЫВАЕТСЯ В БЕРЕМЕННОСТЬ; · РОДЫ ГЛАЗАМИ РЕБЕНКА; ·«ЗОЛОТОЙ ЧАС». ВАЖНОСТЬ КОНТАКТА МАМЫ И МАЛЫША В ПЕРВЫЙ ЧАС ПОСЛЕ РОЖДЕНИЯ, ПЕРВОЕ ПРИКЛАДЫВАНИЕ К ГРУДИ.

5 ЗАНЯТИЕ. МАЛЫШ И МАМА ПЕРВЫЙ МЕСЯЦ ВМЕСТЕ

ДАТА	ВРЕМЯ	НАЗВАНИЕ ЗАНЯТИЯ
30 АВГУСТА (СРЕДА)	18:30-19:15	·ОСНОВЫ УХОДА ЗА НОВОРОЖДЕННЫМ (МАСТЕР-КЛАСС)
	ПЕРЕРЫВ 10 МИН	

19:25-20:10

· ПОСЛЕ ВЫПИСКИ: НА ЧТО ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ РОДИТЕЛЯМ, ТРЕВОЖНЫЕ ЗВОНОЧКИ В СОСТОЯНИИ РЕБЕНКА

6 ЗАНЯТИЕ. ПОСЛЕРОДОВЫЙ ПЕРИОД

ДАТА	ВРЕМЯ	НАЗВАНИЕ ЗАНЯТИЯ
31 АВГУСТА (ЧЕТВЕРГ)	18:30-19:15	· ПЕРВЫЕ ЧАСЫ ПОСЛЕ РОДОВ. ДНИ В РОДДОМЕ; · ПОСЛЕРОДОВАЯ КОНТРАЦЕПЦИЯ
	ПЕРЕРЫВ 10 МИН	
	19:25-20:10	· ПОСЛЕРОДОВОЕ ВОССТАНОВЛЕНИЕ: ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ (БЕБИ-БЛЮЗ)

7 ЗАНЯТИЕ. ГРУДНОЕ ВСКАРМЛИВАНИЕ

ДАТА	ВРЕМЯ	НАЗВАНИЕ ЗАНЯТИЯ
05 СЕНТЯБРЯ (ВТОРНИК)	18:30-19:15	· ПОЧЕМУ ТАК ВАЖНО КОРМИТЬ РЕБЕНКА ГРУДЬЮ; · КАК НЕ ПОПАСТЬ В РЯДЫ НЕМОЛОЧНЫХ/ГЛАВНЫЕ ПРАВИЛА ГВ
	ПЕРЕРЫВ 10 МИН	
	19:25-20:10	· КОРМИТЬ БЕЗБОЛЕЗНЕННО И ЭФФЕКТИВНО/ ЧТО ВАЖНЕЕ ПОЗИЦИЯ ИЛИ ПРИКЛАДЫВАНИЕ (МАСТЕР-КЛАСС)

8 ЗАНЯТИЕ. РОЖДЕНИЕ РЕБЕНКА КАК НОВЫЙ ЭТАП В ЖИЗНИ СЕМЬИ. ЗАНЯТИЕ С БУДУЩИМИ ОТЦАМИ

ДАТА	ВРЕМЯ	НАЗВАНИЕ ЗАНЯТИЯ
11 СЕНТЯБРЯ (ПОНЕДЕЛЬНИК)	18:30-19:15	· КОНТАКТ МАМЫ, ОТЦА, ДЕТЕЙ С МАЛЫШОМ ВО ВРЕМЯ БЕРЕМЕННОСТИ; · СЕМЬЯ ПРОВОЖАЕТ В РОДДОМ; · ВИДЫ ПАРТНЕРОВ (БЛОГЕР/КОНТРОЛЕР/ПАРТНЕР). АКТУАЛЬНЫЕ ЗАДАЧИ ПАРТНЕРА, ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ В КОМАНДЕ. ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ В РОДДОМЕ
	ПЕРЕРЫВ 10 МИН	
	19:25-20:10	· ПОДГОТОВКА ЧЛЕНОВ СЕМЬИ К ВЫПИСКЕ МАМЫ С МАЛЫШОМ. СЕМЬЯ В НОВОМ КАЧЕСТВЕ: (ОТНОШЕНИЯ, КОНФЛИКТЫ, ПОМОЩЬ); · ПОСЛЕРОДОВАЯ ДЕПРЕССИЯ, КАК НЕ ПРОПУСТИТЬ