Подписано электронной подписью:
Вержицкий Данил Григорьевич
Должность: Директор КГПИ ФГБОУ ВО «КемГУ»
Дата и время: 2024-02-21 00:00:00
471086fad29a3b30e244c728abc3661ab35c9d50210dcf0e75e03a5b6fdf6436

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Кемеровский государственный университет»
Новокузнецкий институт (филиал)
федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования
«Кемеровский государственный университет»

(Наименование филиала, где реализуется данная дисциплина)

Факультет Историко-филологический

«УТВЕРЖДАЮ»
Декан историко-филологического
факультета И.Н. Заводская
«24» марта 2017 г.

Рабочая программа дисциплины

Б1.Б.11 Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Направление подготовки
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Направленность (профиль) подготовки
Русский язык, Родной язык и литература

Программа академического бакалавриата

Квалификация (степень) выпускника
Бакалавр

Форма обучения
Очная

Год набора 2013

Новокузнецк 2017

Лист внесения изменений в РПД

Б3.Б.4 Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Сведения об утверждении:
утверждена Ученым советом факультета
(протокол Ученого совета факультета № 6 от 14.03.2014)
на 2013 год набора
Одобрена на заседании методической комиссии
протокол методической комиссии факультета № 1от 13.03.2014)

Изменения по годам:
на 2015-16 учебный год
изменения в связи с переходом на ФГОС ВО
утверждена Ученым советом факультета
протокол Ученого совета факультета № 1 от 17.02.2016)
на 2013 год набора
Одобрена на заседании методической комиссии
протокол методической комиссии факультета № 1 от 16.02.2016)

СОДЕРЖАНИЕ

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы 4
2. Место дисциплины в структуре ООП бакалавриата / специалитета / магистратуры (выбрать) 5
3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам занятий) и на самостоятельную работу обучающихся 6
3.1. Объём дисциплины (модуля) по видам учебных занятий (в часах) 6
4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий
4.1. Разделы дисциплины (модуля) и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах) 7
4.2 Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам 8
4.2.1. Содержание дисциплины и результаты ее изучения_____ 8
5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю) 12
6. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) 13
6.1 Паспорт фонда оценочных средств по дисциплине (модулю) 14
6.2 Типовые контрольные задания или иные материалы 15
7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля) 21
а) основная учебная литература: 22
б) дополнительная учебная литература: 22
8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" (далее - сеть "Интернет"), необходимых для освоения дисциплины (модуля) 22
9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля) 23
10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости) 27
11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю) 27
12. Иные сведения и (или) материалы 28

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы бакалавриата

Результаты освоения ООП (*бакалавриата)* определяются приобретаемыми выпускником компетенциями, т.е. его способностью применять знания, умения и личные качества в соответствии с выбранными видами профессиональной деятельности. В результате освоения данной ООП выпускник должен обладать следующими компетенциями по дисциплине ***«Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»:***

Коды компетенции	**Результаты освоения ООП *Содержание компетенций***	**Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине**
ОК-9	способностью использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	***Знать*** основные приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций. ***Умет***ь применять на практике знания основных приемов защиты в условиях чрезвычайных ситуаций. ***Владеть*** основными приемами защиты в условиях чрезвычайных ситуаций.
ОПК-6	готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся	***Знать:*** – технологии формирования у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни; – санитарно-гигиенические требования к материально-техническим условиям реализации образовательных программ по дошкольного / общего образования. ***Уметь*** создавать условия, обеспечивающие охрану жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности. ***Владеть:*** – способами охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности; – способами разработки и реализации программы развития образовательной организации в целях создания

		безопасной и комфортной образовательной среды.

2. Место дисциплины в структуре ООП бакалавриата

Данная дисциплина относится к циклу вариативных дисциплин. Изучается на 2 курсе в 3 семестре.

Цель:формирование у студентов знания в области здорового образа жизни и факторов, влияющих на здоровье; развитие умений оценивать текущее состояния здоровья пострадавшего при возникновении различных экстремальных ситуациях и оказания первичной медицинской помощи.

Дисциплина «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» ориентирует на подготовку к учебно-воспитательной, социально-педагогической, культурно-просветительской, научно-методической, организационно-управленческой, физкультурно-спортивной, оздоровительно-креативной деятельности. Ее изучение способствует решению следующих типовых задач профессиональной деятельности:

в области учебно-воспитательной деятельности:

- осуществление процесса обучения биологии в соответствии с образовательной программой;
- планирование и проведение учебных занятий по биологии с учетом специфики тем и разделов программы и в соответствии с учебным планом;
- использование современных научно обоснованных приемов, методов и средств обучения биологии, в том числе технических средств обучения, информационных и компьютерных технологий;
- применение современных средств оценивания результатов обучения;
- воспитание учащихся как формирование у них духовных, нравственных ценностей и патриотических убеждений;
- реализация личностно-ориентированного подхода к образованию и развитию обучающихся с целью создания мотивации к обучению;
- работа по обучению и воспитанию с учетом коррекции отклонений в развитии;

в области социально-педагогической деятельности:

- оказание помощи в социализации учащихся;
- проведение профориентационной работы;
- установление контакта с родителями учащихся, оказание им помощи в семейном воспитании;

в области культурно-просветительной деятельности:

формирование общей культуры учащихся;

формирование основ здорового образа жизни и потребности в физической активности на основе регулярных занятий физическими упражнениями;

в области научно-методической деятельности:

выполнение научно-методической работы, участие в работе научно-методических объединений;

в области организационно-управленческой деятельности:

рациональная организация учебного процесса с целью укрепления и сохранения здоровья школьников;

обеспечение охраны жизни и здоровья учащихся во время образовательного процесса;

организация контроля за результатами обучения и воспитания;

выполнение функций классного руководителя;

Задачи:

- сформировать представление о к здоровом образе жизни;
- рассмотреть факторы, влияющие на психическое, физическое и социальное здоровье;
- уметь проводить реанимационные мероприятия при острых нарушениях сердечной деятельности и дыхания;
- уметь проводить меры профилактики различного рода травм и первую помощь при них.

3. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость (объем) дисциплины (модуля) составляет _2___ зачетных единиц (ЗЕ), _72___ академических часа.

3.1. Объём дисциплины по видам учебных занятий (в часах)

Объём дисциплины	**Всего часов** для очной формы обучения	**Всего часов** для заочной формы обучения
Общая трудоемкость дисциплины	72	
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего)	36	
Аудиторная работа (всего):	36	
в том числе:		
лекции	16	
семинары, практические занятия	20	
практикумы		
лабораторные работы		
в т.ч. в активной и интерактивной формах	12	
Внеаудиторная работа (всего):		

Объём дисциплины	Всего часов для очной формы обучения	Всего часов для заочной формы обучения
В том числе, индивидуальная работа обучающихся с преподавателем:		
курсовое проектирование		
групповая, индивидуальная консультация иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем*)*		
творческая работа (эссе)		
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	36	
Вид промежуточной аттестации обучающегося (зачет / экзамен)	зачет	

4. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

4.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах)

(для очной формы обучения)

№ п/п	Раздел дисциплины	Общая трудоёмкость *(часах)*	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости
			аудиторные учебные занятия		самостоятельная работа обучающихся	
		всего	лекции	семинары, практические занятия		
1.	Здоровый образ жизни как биологическая и социальная характеристика	24	6	6	12	Тестирование

№ п/п	Раздел дисциплины	Общая трудоёмкость (часах)	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости
			аудиторные учебные занятия		самостоятельная работа обучающихся	
		всего	лекции	семинары, практические занятия		
2.	Первая медицинская помощь при повреждениях различной этиологии	24	6	6	12	Тестирование
3.	Понятие о неотложных состояниях, причины и факторы их вызывающие Термические повреждения. Острые отравления Диагностика и приемы оказания первичной помощи при неотложных состояниях	24	4	8	12	Тестирование
	Итого:	72	16	20	36	

4.2 Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам)

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание
1	**Здоровый образ жизни как биологическая и социальная характеристика**	

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание
Содержание лекционного курса		
1.1.	Здоровый образ жизни как биологическая и социальная характеристика	Здоровый образ жизни как биологическая и социальная проблема. Три категории, включающие в образ жизни: уровень жизни, качество жизни, стиль жизни. Составляющие здорового образа жизни. Принципы и методы формирования здорового образа жизни. Культура и здоровье. Формирование потребности в укреплении здоровья. Питание и здоровье. Двигательная активность человека. Движение как средство физического и психического развития.
1.2.	Медико - гигиенические аспекты здорового образа жизни	Здоровье как состояние и свойство организма. Здоровье физическое, психическое и социальное. Норма и патология. Факторы, влияющие на здоровье человека: генетические, конституциональные особенности. Экология и здоровье. Личная гигиена и здоровье. Отношение к здоровью. Формирование мотивации к здоровому образу жизни. Медико–гигиенические аспекты здорового образа жизни. Профилактика вредных привычек.
1.3.	Здоровьесберегающая функция учебно – воспитательного процесса	Здоровьесберегающие технологии и методы по обучению здоровью и охране жизни всех субъектов образовательного процесса. Основы структурирования школьного расписания. Роль учителя в формировании здоровья учащихся. Проблемы здоровья учащихся различных возрастных групп. Совместная деятельность школы и семьи в формировании здоровья и здорового образа жизни учащегося. Профилактика и коррекция нарушений осанки, органов зрения, слуха. Психогигиена учебно-воспитательного процесса. Гигиенические требования к рабочему месту.
Темы практических/семинарских занятий		
1.1.	Здоровый образ жизни как биологическая и социальная характеристика	Понятие физического и социального здоровья. Факторы физического здоровья: физическая подготовленность, функциональная подготовленность. Внешние и внутренние факторы физического и социального здоровья их взаимосвязь. Социальная структура и здоровье. Понятие психического здоровья. Психологические механизмы здорового поведения.
1.2.	Медико - гигиенические аспекты здорового образа жизни	Адаптационные резервы организма: структурные резервы, функциональные резервы (биохимические, физиологические, психические). Биоритмы. Влияние биоритмов на функциональное состояние человека.

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание
1.3	Здоровьесберегающая функция учебно – воспитательного процесса	Меры профилактики инфекционных заболеваний. Физическая, умственная работоспособность и утомление. Сенсорная работоспособность. Рациональное чередование умственной и физической деятельности. Психоэмоциональное напряжение. Педагогическая деятельность в состоянии стресса. Психическая саморегуляция как регуляция высшего уровня активности. Методы психологической коррекции психофизических состояний. Методы релаксации. Аутогенная тренировка. Средства и формы оздоровления.
2	**Первая медицинская помощь при повреждениях различной этиологии**	
Содержание лекционного курса		
2.1	Комплекс сердечно – легочной реанимации и показания к ее проведению, критерии эффективности	Показания к проведению реанимационных мероприятий. Понятие клинической, социальной, биологической смерти. Техника проведения реанимационных мероприятий. Проведение искусственной вентиляции легких. Наружный (непрямой) массаж сердца.
2.2	Характеристика травматизма. Меры профилактики травм и первая помощь при них	Ушибы. Ушибы конечностей, грудной клетки, живота, головы. Общие принципы оказания первичной помощи при ушибах. Переломы и их общая характеристика. Признаки переломов. Переломы ключицы, ребер, позвоночника, конечностей, бедра.
2.3	Меры профилактики инфекционных заболеваний	Понятие о микробиологии, иммунологии и эпидемиологии. Причины возникновения инфекционных заболеваний.
Темы практических/семинарских занятий		
2.1	Характеристика травматизма. Меры профилактики травм и первая помощь при них	Правила оказания первой до врачебной помощи при различных видах переломов. Закрытые повреждения суставов: растяжения связок, вывихи. Оказание первой медицинской помощи. Характеристика детского травматизма. Меры профилактики различных травм.
2.2	Меры профилактики инфекционных заболеваний	Периоды течения инфекционных заболеваний. Антитела и антигены. Виды иммунитета.

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание
2.3	Меры профилактики инфекционных заболеваний	Способы передачи инфекции. Профилактика инфекционных заболеваний. Вакцины – специфические факторы защиты. Различные виды инфекционных заболеваний.
3	**Понятие о неотложных состояниях, причины и факторы их вызывающие Термические повреждения. Острые отравления Диагностика и приемы оказания первичной помощи при неотложных состояниях**	
Содержание лекционного курса		
3.1	Понятие о неотложных состояниях, причины и факторы, их вызывающие	Неотложные состояния, их причины. Наружные кровотечения: артериальные, венозные, артериовенозные, капиллярные. Экстренная медицинская помощь при артериальном кровотечении. Остановка кровотечения при помощи стандартного жгута, жгута - закрутки, максимального сгибания конечности. Внутренние кровотечения: легочное, внутригрудное, желудочно-кишечное, внутрибрюшное. Экстренная медицинская помощь при внутренних кровотечениях. Доврачебная помощь при ранениях.
3.2	Термические повреждения. Острые отравления	Общая характеристика термических ожогов. Химические ожоги. Химические ожоги глаз. Солнечный ожог. Экстренная медицинская помощь. Отморожение. Степени отморожения. Первая медицинская помощь при отморожениях. Общая характеристика острых отравлений. Первичные детоксикационные мероприятия. Отравления этиловым спиртом (алкоголем), метиловым спиртом, кислотами и едкими щелочами. Отравление угарным газом. Отравление лекарственными препаратами. Первая медицинская помощь при различных видах отравления.
3.3	Диагностика и приемы оказания первичной помощи при неотложных состояниях	Общая характеристика заболеваний органов кровообращения: инфаркт миокарда, стенокардия, нарушения сердечного ритма, гипертоническая болезнь. Основные признаки проявления заболевания органов кровообращения и оказания первой медицинской помощи. Заболевания органов дыхания: острые респираторные вирусные инфекции, бронхиальная астма, туберкулез органов дыхания и др. Основные признаки заболеваний органов дыхания. Меры профилактики. Хирургические

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание
		заболевания органов брюшной полости: «острый живот», аппендицит, острый панкреатит и др. Симптомы различных заболеваний органов брюшной полости. Экстренная медицинская помощь и особенности транспортировки в медицинское учреждение.
Темы практических/семинарских занятий		
3.1	Оказание неотложной помощи при заболевании различных органов и систем.	*Цель работы:* ознакомиться с общими признаками заболевания различных органов и систем.*Задания:* разобрать принцы комплектования домашней аптечки. Изучить некоторые медикаментозные средства домашней аптечки и способы их применения для оказания первичной помощи при заболевании различных органов и систем.
3.2	Приемы оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях. Термические ожоги.	*Цель работы:* освоить общие правила оказания первой медицинской помощи при сердечно - сосудистых заболеваниях. *Задания:* на примерах ситуационных задач определить симптомы сердечно – сосудистых заболеваний и правила оказания доврачебной помощи. Научится определять площадь ожога с использованием правила «ладони» и правила «девяток». Правила оказания первой медицинской помощи при термических ожогах.
3.3	Первая медицинская помощь при электротравме	*Цель работы:* освоить технику безопасности и приемы доврачебной медицинской помощи при электротравме. *Задания:* разобрать способы обесточивания и характер неотложных мероприятий, в зависимости от тяжести поражения электрическим током. Правила оказания первой медицинской помощи.

5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Самостоятельная работа студентов по курсу призвана, не только закреплять и углублять знания, полученные на аудиторных занятиях, но и способствовать развитию у студентов творческих навыков, инициативы, умения организовать своё время. При выполнении плана самостоятельной работы студенту необходимо прочитать теоретический материал не только в

учебниках и учебных пособиях, указанных в списке литературы, но и познакомится с публикациями в периодических изданиях. Студенту необходимо творчески переработать изученный самостоятельно материал и представить его для отчёта в форме реферата или конспекта. Проверка выполнения плана самостоятельной работы проводится на семинарских и индивидуальных занятиях.

№ п/п	Название раздела, темы	Самостоятельная работа студентов			Формы контроля
		Количество часов в соотв. с тематическим планом	Виды самостоятельной работы	Сроки выполнения	
1	Здоровый образ жизни как биологическая и социальная характеристика	12	Изучение литературы. Подготовка к практическим занятиям.	2 нед. сем.	Тестовый контроль
2	Первая медицинская помощь при повреждениях различной этиологии	12	Подготовка по литературе. Подготовка к практическим и семинарским занятиям.	4 нед. сем.	Тестовый контроль
3	Понятие о неотложных состояниях, причины и факторы их вызывающие Термические повреждения. Острые отравления Диагностика и приемы оказания первичной помощи при неотложных состояниях	12	Курсовая работа.	6 нед. сем.	Тестовый контроль
	Итого:	**36**			

6. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Материалы, определяющие порядок и содержание проведения промежуточных и итоговых аттестаций, соответствуют требованиям ГОС,

приказам, распоряжениям и рекомендациям ФАО и учебно-методического отдела академии. Контроль знаний студентов проводится по следующей схеме:

- промежуточная аттестация знаний и умений в течение семестра;

- аттестация по итогам семестра в форме зачета.

Материалы, определяющие ***порядок и содержание промежуточных и итоговой аттестаций,*** включают:
- контрольные вопросы по темам дисциплины;
- фонд индивидуальных домашних заданий;
- фонд тестовых заданий по дисциплине;
- вопросы к зачету
- методические указания к выполнению практических работ.

6.1. Паспорт фонда оценочных средств по дисциплине

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) дисциплины (результаты по разделам)	Код контролируемой компетенции (или её части) /	наименование оценочного средства
1.	Здоровый образ жизни как биологическая и социальная характеристика	ОК – 9, ОПК - 6	Контрольный тест. Опрос
2.	Первая медицинская помощь при повреждениях различной этиологии	ОК – 9, ОПК - 6	Контрольный тест, семинар
3.	Понятие о неотложных состояниях, причины и факторы их вызывающие Термические повреждения. Острые отравления Диагностика и приемы оказания первичной помощи при неотложных состояниях	ОК – 9, ОПК - 6	Контрольный тест

Требования к усвоению дисциплины: студент, изучивший дисциплину «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» должен обладать следующими компетенциями: ОК – 9, ОПК - 6.

Студент, изучивший дисциплину, должен **знать**:
- принципы и методы формирования здорового образа жизни;

- факторы, влияющие на состояние здоровья;
- методы оказания первой медицинской помощи.

уметь:

- применять здоровьесберегающие технологии и методы;
- проводить реанимационные мероприятия;
- оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
- оказывать первую медицинскую помощь при кровотечениях;
- оказывать первую медицинскую помощь при ожогах, отморожениях;
- оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях.

владеть:

- методами и способами оказания первой медицинской помощи

6.2. Типовые контрольные задания или иные материалы

Вопросы к зачету.

1. Здоровье как состояние и свойство организма.
2. Здоровье физическое, психическое и социальное.
3. Факторы, влияющие на здоровье человека: генетические, конституциональные особенности.
4. Экология и здоровье. Культура и здоровье.
5. Формирование потребности в укреплении здоровья.
6. Факторы физического здоровья: физическая подготовленность, функциональная подготовленность.
7. Внешние и внутренние факторы физического и социального здоровья их взаимосвязь.
8. Социальная структура и здоровье.
9. Понятие психического здоровья.
10. Психологические механизмы здорового поведения.
11. Понятие здоровый образ жизни.
12. Три категории, включающие в образ жизни: уровень жизни, качество жизни, стиль жизни.
13. Составляющие здорового образа жизни.
14. Принципы и методы формирования здорового образа жизни.
15. Формирование мотивации к здоровому образу жизни.
16. Медико–гигиенические аспекты здорового образа жизни.
17. Здоровьесберегающие технологии и методы по обучению здоровью и охране жизни всех субъектов образовательного процесса.
18. Основы структурирования школьного расписания.
19. Профессиональные заболевания педагога и их причины.
20. Роль учителя в формировании здоровья учащихся.
21. Психогигиена учебно-воспитательного процесса.
22. Гигиенические требования к рабочему месту.
23. Работоспособность и утомление.
24. Физическая и умственная работоспособность.

25.Педагогическая деятельность в состоянии стресса.
26.Методы психологической коррекции психофизических состояний.
27.Показания к проведению реанимационных мероприятий.
28.Понятие клинической, социальной, биологической смерти.
29.Проведение искусственной вентиляции легких.
30.Наружный (непрямой) массаж сердца.
31.Ушибы конечностей, грудной клетки, живота, головы.
32.Общие принципы оказания первичной помощи при ушибах.
33.Переломы и их общая характеристика. Признаки переломов.
34.Переломы ключицы, ребер, позвоночника, конечностей, бедра. Правила оказания первой доврачебной помощи при различных видах переломов.
35.Закрытые повреждения суставов: растяжения связок, вывихи. Оказание первой медицинской помощи.
36.Характеристика детского травматизма. Меры профилактики различных травм.
37.Наружные кровотечения: артериальные, венозные, артериовенозные, капиллярные.
38.Экстренная медицинская помощь при артериальном кровотечении. Остановка кровотечения при помощи стандартного жгута, жгута - закрутки, максимального сгибания конечности.
39.Оказание помощи при некоторых видах наружных кровотечений: носовое кровотечение, кровотечение из уха.
40.Внутренние кровотечения: легочное, внутригрудное, желудочно-кишечное, внутрибрюшное.
41.Экстренная медицинская помощь при внутренних кровотечениях.
42.Раны и их характеристика. Доврачебная помощь при ранениях.
43.Общая характеристика острых отравлений.
44.Первичные детоксикационные мероприятия.
45.Отравления этиловым спиртом (алкоголем), метиловым спиртом. Первая медицинская помощь.
46.Отравление кислотами и едкими щелочами, угарным газом. Первая медицинская помощь.
47.Отравление лекарственными препаратами. Первая медицинская помощь.
48.Общая характеристика заболеваний органов кровообращения: инфаркт миокарда, стенокардия, нарушения сердечного ритма, гипертоническая болезнь.
49.Основные признаки проявления заболевания органов кровообращения и оказания первой медицинской помощи.
50.Заболевания органов дыхания: острые респираторные вирусные инфекции, бронхиальная астма, туберкулез органов дыхания и др. Основные признаки заболеваний органов дыхания. Меры профилактики.
51.Хирургические заболевания органов брюшной полости: «острый живот», аппендицит, острый панкреатит и их симптомы. Экстренная медицинская помощь и особенности транспортировки в медицинское учреждение.

Темы рефератов:

1. Профилактика нарушений осанки.
2. Профилактика плоскостопия.
3. Профилактика ревматизма.
4. Профилактика травматизма.
5. Профилактика инфекционных заболеваний.
6. Влияние стресса на здоровье человека.
7. Сердечно – сосудистые заболевания.
8. СПИД – социальная болезнь века.
9. Питание и здоровье.
10. Вредные привычки и влияние их на здоровье, потомство, интеллект.
11. Алкоголизм и потомство.
12. Студенчество и здоровье.
13. Венерические заболевания.
14. Болезни органов слуха.
15. Болезни органов зрения.
16. Инфекционные заболевания кожи.
17. Иммунитет – защитная реакция организма.
18. Укусы жалящих насекомых, ядовитых змей.
19. Первая помощь при утоплении.
20. Первая помощь при электротравме.
21. Первая помощь при химических ожогах.
22. Общее перегревание организма: солнечный ожог.
23. Гепатиты.
24. Заболевание органов дыхания, их профилактика.
25. Респираторные заболевания.
26. Первая помощь при острых отравлениях.
27. Инородные тела: слухового прохода, носа, глаза, верхних дыхательных путей. Первая медицинская помощь.

6.2.2. Наименование оценочного средства

1. Какой внешний фактор влияет на реализацию основных функций организма:

А) социальная среда;
Б) физическая среда;
В) наследственная среда.

2. Какой внутренний фактор влияет на реализацию основных функций организма:

А) культурная среда;
Б) индивидуальный потенциал здоровья;
В) психологическая среда.

3. Уровень здоровья человека зависит от образа жизни на:

А) 20%;
Б) 50%
В) 30%
4.Под качеством жизни понимают:
А) экономическую категорию;
Б) поведенческие особенности жизни человека;
В) степень комфорта в удовлетворении потребностей;
5.Преморбидное состояние организма характеризуется:
А) срывом адаптации функциональных возможностей организма;
Б) снижением функциональных возможностей организма;
В) достаточные функциональные возможности организма.
6.Гаметопатия – это:
А) недостаток кислорода плода;
Б) инфекционные и химические агенты;
В) неполноценная половая клетка.
7.Терминальное состояние – это
А) показание к началу сердечно – легочной реанимации; +
Б) клиническая смерть;
В) функция ЦНС не подлежит восстановлению.
8. Диагноз клинической смерти устанавливают:
А) остановка кровообращения;
Б) сужение зрачков;
В) покрасневшая кожа.
9. Признаком остановки сердца является отсутствие пульса на:
А) лучевых артериях;
Б) сонных артериях;
В) бедренных артериях.
10. Число дыханий (вдуваний) при проведении ИВЛ взрослому человеку составляет:
А) 8 – 10 в 1 минуту;
Б) 10 – 12 в 1 мин;
В) 16 – 20 в 1 мин.
11. При проведении реанимационных мероприятий пострадавший должен располагаться на:
А) мягкой поверхности строго горизонтально;
Б) жесткой поверхности с приподнятым головным концом;
В) жесткой поверхности с приподнятым ножным концом.
12. Компрессии на грудину взрослому человеку осуществляются:
А) всей ладонной поверхностью кисти со сгибанием рук в локтевых суставах;
Б) всей ладонной поверхностью кисти без сгибания рук в локтевых суставах;
В) пальцы ладони не должны опираться на грудную клетку, руки должны быть выпрямлены в локтевых суставах.
13. При проведении закрытого массажа сердца взрослому – грудина смещается на:

А) 4 – 6 см;
Б) 3 – 4 см;
В) 2 – 3 см.
14. При артериальном кровотечении кровь имеет
А) ярко – красный цвет и вытекает интенсивно, под давлением;
Б) ярко – красный цвет и вытекает непрерывным потоком;
В) темно – вишневая и вытекает менее интенсивно.
15. Временную остановку артериального кровотечения производят:
А) наложением на конечность стерильного бинта;
Б) наложением на конечность жгута;
В) наложением на конечность стерильного бинта и холода.
16. При кровотечении из артерий стопы жгут накладывается
А) на область голеностопного сустава;
Б) средней трети голени;
В) на бедро.
17. Суммарное время нахождения жгута на конечности не должно превышать в теплое время:
А) 2 часа;
Б) 1,5 часа;
В) 2, 5 часа.
18. Появление отечности ниже места артериального жгутирования свидетельствует о
А) чрезмерном натяжении жгута;
Б) недостаточном натяжении жгута;
В) правильности выполнения манипуляции.
19. При желудочно – кишечном кровотечении:
А) на область желудка помещают пузырь со льдом;
Б) дают обезбаливающие препараты;
В) дают холодную воду.
20. Аэроэмболия это:
А) закупорка сосудов, с повышенным содержанием лейкоцитов в крови;
Б) закупорка сосудов пузырьками воздуха;
В) закупорка сосуда тромбом;
21. Какие раны допускается лечить самостоятельно:
А) незагрязненные, неглубокие – 10 - 12 мм;
Б) незагрязненные, неглубокие – 5- 7 мм;
В) неглубокие - 9 – 11мм.
22. С какой целью проводят тугоебинтование при ушибах:
А) для снижения величины отека и создания покоя;
Б) для уменьшения кровотока в поврежденной области;
В) для лучшей подвижности в поврежденной области.
23. При ушибах живота
А) прикладывают лед к месту ушиба;
Б) дают обезбаливающие препараты (баралгин, анальгин);

В) дают холодную воду, для избежания кровотечения.
24. При переломах конечностей качественная транспортная иммобилизация обеспечивается
А) шинированием только места перелома;
Б) шинированием места перелома с обязательной фиксацией не менее 2- х суставов травмированной конечности.
В) фиксацией всей стороны тела, где повреждена конечность.
25. Транспортировка на животе на обычных носилках допускается при переломах
А) грудного и поясничного отделов позвоночника;
Б) только поясничного отдела позвоночника;
В) шейного отдела позвоночника.
26. При переломе ребер во избежания шока больной должен находится в:
А) полусидячемположении;
Б) горизонтальном положении;
В) горизонтальном положении на твердой поверхности;
27.Травматический вывих в любом суставе сопровождается:
А) кровоизлиянием во внутренние полости сустава;
Б) трещиной;
В) нарушением целостности кожных покровов;
28.Иммобилизация это:
А) наложение шины жесткой конструкции при помощи бинта…
Б) наложение жгута чуть выше поврежденного участка;
В) транспортировка больного в мед.учреждение.

а) критерии оценивания компетенций (результатов)

Итоговая оценка результатов освоения учебной программы по предмету осуществляется в формедифференцированного зачета, где при выставлении итоговой отметки (по 5-балльной шкале): **«отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».**

б) описание шкалы оценивания

«отлично» - студент осознанно и логично раскрывает проблемы; показывает знание развития экологической проблемы; демонстрирует высокий уровень сформированности профессиональных компетенций; раскрывает современные альтернативные и вариативные подходы в изучении проблемы; выделяет сущность и специфические особенности разработки и реализации проблемы в теории и практике охраны окружающей среды и организации здорового образа жизни; при необходимости раскрывает проблемы с позиции частных методик; раскрывает возможные отклонения в развитии личности (процесса) в русле рассматриваемой проблемы, возможности их диагностики; демонстрирует способность к интеграции знаний по проблеме, структурированию ответа, анализу существующих

позиций в теории и практике; способен к адаптации знаний к условиям конкретной ситуации.

В течение семестра работал последовательно, готовился к практическим занятиям систематически, задания выполнял в соответствии с технологической картой, в срок и качественно. Рейтинговая оценка работы в соответствии с технологической картой 81-100 баллов.

«хорошо» - ответ студента менее глубок по содержанию, недостаточно обстоятелен, имеют место несущественные фактические ошибки, которые смог исправить самостоятельно; демонстрирует достаточный уровень сформированности профессиональных компетенций; изложение материала построено недостаточно логично, убедительно и уверенно, студент не показывает способности к адаптации и интеграции знаний.

В течение семестра работал активно, готовился к практическим занятиям систематически, задания выполнял в соответствии с технологической картой. Рейтинговая оценка работы в соответствии с технологической картой 66-80 баллов по ряду причин:

- выполнил не все задания;
- выполнял преимущественно обязательные задания, не выполняя творческих;
- не все задания выполнял в срок.

«удовлетворительно» - программный материал студентом представлен схематично, допущены фактические ошибки; демонстрирует достаточный уровень сформированности профессиональных компетенций (частично отсутствуют необходимые умения, не знает и не владеет современными методами и технологиями); ответ носит исключительно репродуктивный характер; студент не может обосновать закономерности и принципы, объяснить факты; нарушена логика изложения, отсутствует осмысленность; в ответе отсутствуют внутрипредметные и межпредметные связи.

7. Перечень учебно-методического обеспечения для работы обучающихся по дисциплине

а) основная учебная литература:

1. Основы медицинских знаний: (анатомия, физиология, гигиена человека и оказание первой помощи при неотложных состояниях)[Электронный ресурс] : учебное пособие / И.В. Гайворонский, Г.И. Ничипорук, А.И. Гайворонский, С.В. Виноградов ; под ред. И.В.

Гайворонский. - 2-е изд., испр. и доп. –Электронные текстовые данные. - СПб : СпецЛит, 2013. - 303 с. – Режим доступа : http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=104904

2. **Чуприна, Е.В. Здоровый образ жизни как один из аспектов безопасностижизнедеятельности**[Электронный ресурс] : учебное пособие / Е.В. Чуприна, М.Н. Закирова ; Министерство образования и науки РФ, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Самарский государственный архитектурно-строительный университет». – Электронные текстовые данные. - Самара : Самарский государственный архитектурно-строительный университет, 2013. - 216 с. – Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=256099

б) дополнительная литература

1. Назарова Е. Н.Здоровый образ жизни и его составляющие [Текст] : учебное пособие для вузов / Е. Н. Назарова, Ю. Д. Жилов. - Москва : Академия, 2007. - 254, [2] с. - (Высшее профессиональное образование). - Библиогр.: с. 253. - ISBN 9785769526534.

2. Назарова Е. Н.Здоровый образ жизни и его составляющие [Текст] : учебное пособие для вузов / Е. Н. Назарова, Ю. Д. Жилов. - 2-е изд. ; стер. - Москва : Академия, 2008. - 254, [2] с. - (Высшее профессиональное образование). - Библиогр.: с. 253. - ISBN 9785769557637.

9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

<u>Методические рекомендации для студентов</u>

1. ***Для подготовки к практическим занятиям:***

- Иметь планы практических занятий.
- Для подготовки к практическим занятиям использовать 2-3 издания из списка основной литературы, рекомендованной к занятиям.
- Для подготовки к отдельным вопросам использовать дополнительную литературу, указанную в таблице
- Составить краткий конспект по каждому вопросу, лучше в виде схемы.
- Внести основные термины в глоссарий (словарь).

2. ***Для подготовки по разделу: Самостоятельная работа***

Контроль самостоятельной работы организуется в двух формах:

- текущий контроль основных видов самостоятельной работы осуществляется на практических занятиях
- контроль письменных работ осуществляется во внеучебное время.

Критериями оценки результатов самостоятельной работы студента являются:

- уровень освоения студентом учебного материала;
- обоснованность и чёткость изложения ответа;
- оформление материала в соответствии с требованиями.

Виды самостоятельной работы для овладения знаниями:

- чтение текстов (учебника, первоисточников, дополнительной

литературы);
- составление плана;
- графическое изображение структуры текста;
- конспектирование текста;
- работа со словарями, справочниками и нормативными документами; учебно-исследовательская работа; использование ресурсов Интернета, компьютерной техники, аудио-и видеозаписей.

Виды самостоятельной работы для закрепления и систематизации знаний:
- работа с конспектом лекций (обработка текста);
- повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточников, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей);
- составление плана и тезисов ответа;
- составление таблиц для систематизации учебного материала;
- ответы на вопросы тестовых заданий.

Виды самостоятельной работы для формирования умений:
- решение типовых задач,
- моделирование разных видов и компонентов профессиональной деятельности.

Подготовка реферата

Реферат является систематическим обзором научной литературы по какой-либо проблеме, актуальной для теории и/или практики педагогической психологии. Структура реферата включает в себя вводную, основную части, заключение и список реферируемой литературы. Во вводной части: раскрывается основное содержание проблемы, характеризуются сложившиеся (два-три) подходы к решению проблемы, представленные в реферируемых работах. В основной части реферата дается краткое изложение содержания основных работ (не более трех-четырех ключевых тезисов на каждую работу). В заключении: дается мотивированная оценка каждого из подходов к решению проблемы, выделяется наиболее перспективный из них (с точки зрения автора реферата). Список литературы должен включать в себя не менее трех работ. Общий объем доклада – не более 4-х страниц компьютерного текста, размер шрифта - 12 пикселей.

Для подготовки реферата необходимо:

1) Из списка тем выбрать интересующее название.
2) Использовав предметный каталог библиотеки, подобрать необходимую литературу по данной теме.
3) Составить план реферата. Как правило, обязательными пунктами плана должны быть следующие:

- Определение понятия (понятий).
- История рассмотрения данного вопроса.
- Роль и место данного феномена в современной психологической науке.
- Практическое значение данного феномена в психолого-педагогической практике

4) Написать (напечатать) текст, оформить титульный лист, указать список литературы.

Доклад (сообщение):

Доклад представляет собой изложение той или иной проблемы, имеющей существенное значение для современной теории и/или практики педагогической психологии. Структура доклада включает в себя введение, основную часть и заключение. Во введении: раскрывается актуальность избранной темы, дается определение объекта, предмета, цели и задач доклада, обосновывается принятая логика (последовательность) изложения. В основной части доклада: формулируется и обосновывается авторская гипотеза (предлагаемый автором доклада подход к решению поставленных во введении задач), дается поэтапное изложение авторского решения проблемы. В заключении: кратко излагаются основные результаты доклада (в виде трех-четырех взаимосвязанных, последовательно развиваемых тезисов), формулируются выводы практический характер. Общий объем доклада - не более 2-х страниц компьютерного текста, размер шрифта-12.

Для подготовки сообщения (доклада):

1) Выбрать из списка заданий для самостоятельной работы интересующую тему.
2) Использовав предметный каталог библиотеки, подобрать необходимую литературу по данной теме.
3) Подготовить текст сообщения (не более 1,5-2 страниц машинописного или рукописного текста).
4) Доложить на семинарском занятии.

***Для подготовки к зачету*:**

1) Ознакомиться с перечнем вопросов к зачету.
2) Прочесть записи лекций.
3) Прочесть конспекты практических занятий.
4) Внести недостающие термины в глоссарий.
5) С вопросами, которые не обсуждались на лекциях и семинарских занятиях, ознакомиться по рекомендованным в списке основной литературы учебным пособиям.

Для успешного усвоения курса необходимо освоить весь объем рекомендуемой основной и дополнительной литературы, готовить домашнее задание по каждой пройденной теме, обсуждать невыясненные вопросы в аудитории, не стесняться задавать вопросы, подготовить реферат по избранной теме и защитить его на занятии. В случае пропуска какого-либо занятия сдать тему индивидуально. Для зачета необходимо сдать все пройденные темы.

Методические рекомендации для преподавателей

При отборе материала учитывается, что наряду с филологическими и общественными дисциплинами, знание основ медицинских знаний и здорового образа жизни является элементом общей культуры и одной из составляющих подготовки будущего учителя русского языка и литературы. Содержательное наполнение дисциплины направлено на формирование научного мировоззрения и создание единой научной картины окружающего органического мира; обусловлено кругом задач, которые рассматриваются в дисциплинах естественно - научного цикла, и необходимостью установления внутрипредметных и межпредметных связей общебиологических дисциплин.

Преподавателям, которые будут проводить занятия по данной дисциплине, необходимо изучить ее дидактические единицы, приведенные в Государственном образовательном стандарте и, особенно, типовую программу, в которой представлены перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы и зачету.

В программе представлено основное содержание лекционного материала: термины и понятия, необходимые для освоения дисциплины, основные положения; весь курс разбит на темы в соответствии с учебной программой.

Ведущий преподаватель (читающий лекции по учебной дисциплине) осуществляет:

- разработку программы итогового контроля по учебной дисциплине,
- подготовку заданий для текущего контроля,
- проведение внутрисеместровой аттестации, контрольных мероприятий и проверку выполнения заданий;
- учебно-методическое обеспечение практических занятий в группах.

Преподаватель, ведущий практические занятия в академической группе, в течение первой и второй недели обязан довести до сведения студентов информацию:

- об условиях изучения учебной дисциплины,
- о видах учебных заданий и контроля,
- о критериях и процедурах оценивания знании по дисциплине.
- о результатах каждого контрольного мероприятия,
- о результатах текущего контроля;
- о результатах внутрисеместровой аттестации.

Для оценки результатов обучения используются результаты текущего контроля. В качестве итоговой аттестации – зачет по дисциплине.

10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

1. Соросовский образовательный журнал на сайте www.issep.rssi.ru; http://www.netbook.perm.ru/soj.html
2. Научная электронная библиотека http://elibrary.ru
3. Университетская информационная система России http://uisrussia.msu.ru
4. Бесплатная библиотека on-line на Sibnethttp://lib.sibnet.ru
5. http://univertv.ru/, раздел Биология
6. http://www.humbio.ru/, база знаний по биологии человека
7. http://www.bio.fizteh.ru/student/files/biology/biolections/

11.Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

№ п\п	Наименование дисциплины (модуля), практик в соответствии с учебным планом	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1.	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	Актовый зал, лекционная аудитория (аудитория № 303), учебный корпус № 3, пр. Пионерский, 29, помещение № 75 Лекционная аудитория (аудитория № 216), учебный корпус № 3, пр. Пионерский, 29, помещение № 63	Проектор Epson, экран настенный Screen Meclia, монитор Samsunq ,сист. блок CelD. Проектор Epson EB-X14H, экран Draper Baronet, монитор Samsunq, сист.блок AQUARIS	Windows 10, Microsoft Office Windows_XP Microsoft Office

12. Иные сведения и (или) материалы

12.1. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Для обеспечения образования инвалидов и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья разрабатывается адаптированная образовательная программа, индивидуальный учебный план с учетом особенностей их психофизического развития и состояния здоровья.

Обучение обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется на основе образовательных программ, адаптированных для обучения указанных обучающихся.

Обучение по образовательной программе инвалидов и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется факультетом с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

Университетом создаются специальные условия для получения высшего образования по образовательным программам обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

12.2Занятия, проводимые в активных и интерактивных формах

№п/п	Раздел, тема дисциплины	Объем аудиторной работы в интерактивных формах по видам занятий (час.)			Формы работы
		Лекц.	Практич	Лабор.	
1	Здоровый образ жизни как биологическая и социальная характеристика	2	2	0	Проблемная лекция дискуссия
2	Первая медицинская помощь при повреждениях различной этиологии	2	2	0	Проблемная лекция Ролевая игра
3	Понятие о неотложных состояниях, причины и факторы их вызывающие Термические повреждения. Острые отравления Диагностика и приемы оказания первичной помощи при неотложных состояниях	2	2	0	Проблемная лекция «Круглый» стол

Составитель (и):	к.б.н., доцент Фоменко Д.В.
	(*фамилия, инициалы и должность преподавателя (ей)*)