

**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Мордовский государственный педагогический
университет имени М.Е. Евсевьева»**

Факультет психологии и дефектологии

Кафедра теории и методики физической культуры
и безопасности жизнедеятельности

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Наименование дисциплины (модуля): Основы медицинских знаний

Уровень ОПОП: Бакалавриат

Направление подготовки: 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Профиль подготовки: Психология в образовании и социальной сфере

Форма обучения: Очная

Разработчик: Пожарова Г. В., канд. биол. наук, доцент

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол
№ 9 от 25.04.2018 года.

Зав. кафедрой



Якимова Е. А.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании
кафедры, протокол № 1 от 31.08.2020 года.

Зав. кафедрой



Якимова Е. А.

1. Цель и задачи изучения дисциплины

Цель изучения дисциплины – формирование у будущих бакалавров систематизированных знаний о здоровье и мотивации здорового образа жизни, профилактике заболеваний, правилах оказания первой медицинской помощи.

Задачи дисциплины:

- освоение студентами вопросов укрепления и сохранения здоровья через формирование здорового образа жизни, взаимоотношения человека и окружающей среды;
- знакомство студентов с основными этапами формирования здоровья;
- изучение социально-психологических и психолого-педагогических аспектов здорового образа жизни, факторов природной и социальной среды, влияющих на здоровье;
- формирование навыков участия в осуществлении первичной, вторичной и третичной профилактики заболеваний детей и подростков;
- приобретение навыков работы с учащимися, их родителями, населением в направлении сохранения и укрепления здоровья и ведения здорового образа жизни;
- овладение средствами и методам оказания неотложной медицинской помощи при травмах и острых нарушениях процессов жизнедеятельности.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина Б1.Б.8 «Основы медицинских знаний» относится к базовой части учебного плана.

Дисциплина изучается на 1 курсе, в 1 семестре.

Для изучения дисциплины требуется: Дисциплина «Основы медицинских знаний» относится к профессиональному циклу дисциплин и входит в состав его базовой части.

Освоение дисциплины «Основы медицинских знаний» является необходимой основой для формирования систематизированных знаний по здоровому образу жизни, профилактике заболеваний, правилам оказания первой медицинской помощи, для последующего изучения дисциплин: «Здоровьесберегающие технологии», «Теория и практика образования лиц с ограниченными возможностями здоровья», «Обучение и воспитание детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата (с практикумом)», «Обучение и воспитание детей с нарушениями эмоционально-волевой сферы (с практикумом)», «Современные проблемы образования лиц с ограниченными возможностями здоровья» и др.

Область профессиональной деятельности, на которую ориентирует дисциплина «Основы медицинских знаний», включает: решение профессиональных задач в сфере образования, здравоохранения, культуры, спорта, обороноспособности страны, юриспруденции, управления, социальной помощи населению.

Освоение дисциплины Б1.Б.8 «Основы медицинских знаний» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

Б1.Б.2 Нейрофизиология; Б1.Б.2 Психология семьи.

Область профессиональной деятельности, на которую ориентирует дисциплина «Основы медицинских знаний», включает: решение профессиональных задач в сфере образования, здравоохранения, культуры, спорта, обороноспособности страны, юриспруденции, управления, социальной помощи населению..

Освоение дисциплины готовит к работе со следующими объектами профессиональной деятельности:

- психические процессы;
- свойства и состояния человека;
- их проявления в различных областях человеческой деятельности, в межличностных и социальных взаимодействиях на уровне индивида, группы, сообщества;
- способы и формы их организации, изменения, воздействия.

В процессе изучения дисциплины студент готовится к видам профессиональной деятельности и решению профессиональных задач, предусмотренных ФГОС ВО и учебным планом.

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование компетенций.

Выпускник должен обладать следующими общекультурными компетенциями (ОК):

ОК-9 способностью использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций.

ОК-9 способностью использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций

педагогическая деятельность

ОК-9 способностью использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	Знать: – терминологию, основные понятия и определения дисциплины; – об основных факторах, вызывающих нарушения здоровья и мерах профилактики; – основные антропометрические и функциональные показатели здоровья; – основные заболевания внутренних органов и их возможные осложнения; – механизм заражения и пути распространения инфекционных заболеваний; – основные симптомы детских инфекционных заболеваний; – основы первичной, вторичной и третичной профилактики заболеваний; – основы диагностики неотложных состояний Уметь:
--	--

	– осуществлять уход за больными (наложение горчичников, компрессов, применение грелок, измерение артериального давления, определение свойств пульса, правила измерения температуры и др.); – оказывать первую помощь (до прибытия врача) при неотложных состояниях (травмы, кровотечения, ранения, переломы, термические поражения, отравления и др.); – осуществлять первичную профилактику заболеваний (создание оптимальных условий обучения). Владеть: – основами диагностики неотложных состояний; – методикой первичного обследования внезапно заболевшего или пострадавшего человека; – приемами оказания первой помощи (до прибытия врача) при различного рода неотложных состояниях и острых заболеваниях внутренних органов и систем.
--	--

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Первый семестр
Контактная работа (всего)	36	36
Лекции	18	18
Практические	18	18
Самостоятельная работа (всего)	36	36
Виды промежуточной аттестации		
Зачет		+
Общая трудоемкость часы	72	72
Общая трудоемкость зачетные единицы	2	2

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание модулей дисциплины

Модуль 1. Основные показатели здоровья.

Здоровье и факторы, его определяющие. Проблемы здоровья учащихся различных возрастных групп. Основные признаки нарушения здоровья ребенка. Здоровый образ жизни как биологическая и социальная проблема. Принципы и методы формирования здорового образа жизни учащихся. Формирование мотивации к здоровому образу жизни. Профилактика вредных привычек. Определение понятия потребность. Здоровье в иерархии потребностей. Положительная мотивация здоровья и здорового образа жизни. Установка (настройка) человека на долгую сознательную жизнь. Роль санитарного просвещения в организации пропаганды здорового образа жизни, профилактике инфекционных заболеваний и вредных привычек.

Модуль 2. Первая помощь при неотложных состояниях и травмах.

Медицина, ее основные разделы. Основы микробиологии, иммунологии и эпидемиологии. Меры профилактики инфекционных заболеваний. Понятие о неотложных состояниях. Причины и факторы их вызывающие. Характеристика детского травматизма. Меры профилактики травм и первая помощь при них. Хронические неинфекционные заболевания как причина ранней инвалидности и смертности трудоспособного населения. Заболевания сердечнососудистой системы. Заболевания дыхательной системы. Заболевания пищеварительной системы. Терминальные состояния. Комплекс сердечно-легочной реанимации, показания к ее проведению и критерии эффективности. Понятие о терминальных состояниях, их причины. Классификация терминальных состояний по В. А. Неговскому. Понятие о реанимации. Показания к проведению реанимационных мероприятий. Приемы оживления организма. Критерии правильности проведения реанимационных мероприятий. Возможные ошибки и осложнения реанимации.

5.2. Содержание дисциплины: Лекции (18 ч.)

Модуль 1. Основные показатели здоровья (8 ч.)

Тема 1. Понятие здоровья, здорового образа жизни (2 ч.)

Понятия о здоровье, его характеристика. Структура и содержание здоровья. Показатели здоровья населения. Факторы, определяющие здоровье: биологические (наследственность, тип высшей нервной деятельности, конституция, темперамент и т.д.); природные (климат, погода, ландшафт, флора, фауна и т.д.); социально-экономические. Субъективные и объективные методы исследования здоровья человека, этапы их проведения. Правила проведения пальпации, перкуссии, аускультации, измерения морфологических и функциональных признаков человека. Понятие о функциональной диагностике. Характеристика и классификация функциональных проб, проводимых для оценки и определения здоровья.

Тема 2. Методы исследования физического здоровья человека (2 ч.) Исследование и оценка физического здоровья человека. Методы диагностики физического здоровья человека: изучение истории жизни и здоровья (анамнез), выявление неблагоприятных факторов для здоровья (наследственных и приобретенных, действующих или предрасполагающих); внешнего вида (осмотр) и выявление неблагоприятных для здоровья показателей. Морфологические показатели и их соотношения, отражающие уровень физического здоровья. Физиологические показатели у здорового человека и их определение. Исследование и оценка физического здоровья человека. Методы диагностики физического здоровья человека: изучение истории жизни и здоровья (анамнез), выявление неблагоприятных факторов для здоровья (наследственных и приобретенных, действующих или предрасполагающих); внешнего вида (осмотр) и выявление неблагоприятных для здоровья показателей. Морфологические показатели и их соотношения, отражающие

уровень физического здоровья. Физиологические показатели у здорового человека и их определение.

Тема 3. Здоровье и факторы его определяющие (2 ч.)

Здоровье и его характеристика. Определение понятия здоровье. Степени

состояния здоровья: удовлетворительная адаптация, напряжение механизмов адаптации, неудовлетворительная адаптация, срыв адаптации. Пограничное (третье) состояние между болезнью и здоровьем, его характеристика. Признаки и критерии состояния здоровья. Понятие нормы, ее значение. Состояние нормы и здоровья. Показатели нормы здоровья (антропометрические, физиологические, биохимические, психологические и социальные)

Тема 4. Школьные болезни (2 ч.)

Понятие «школьные болезни». Характеристика наиболее распространенных форм школьной патологии: гастриты, неврозы, сколиозы, близорукость и др. Определение понятий «профилактика заболеваний», «первичная», «вторичная» и «третичная» профилактика. Особенности первичной профилактики как системы социальных, гигиенических, воспитательных и медицинских мер, направленных на предотвращение заболеваний путем устранения причин и условий их возникновения и развития. Роль учителя в первичной профилактике заболеваний. Место учителя во вторичной профилактике заболеваний. Оценка педагогом режима учебной деятельности, адекватности образовательных программ и педагогических технологий, исследование работоспособности и динамики здоровья учащихся как комплекс мер по раннему выявлению, предупреждению и задержке развития болезней. Третичная профилактика заболеваний как система психолого-педагогических мер, направленных на предупреждение рецидивов болезней у учащихся и их перехода в хронические формы.

Модуль 2. Первая помощь при неотложных состояниях и травмах (10 ч.)

Тема 5. Эпидемический процесс (2 ч.)

Понятие об эпидемиологии. Понятие об эпидемии и эпидемическом процессе. Три звена эпидемического процесса: источник инфекции, пути и факторы передачи возбудителя, восприимчивость к инфекции населения. Формы эпидемического процесса: спорадическая заболеваемость, эпидемия, пандемия. Эндемия и эндемические заболевания.

Тема 6. Первая помощь при неотложных сердечно-сосудистых состояниях (2 ч.)

Основные причины развития заболеваний сердечно-сосудистой системы. Факторы риска, связанные с образом жизни. Ишемическая болезнь сердца (стенокардия и инфаркт миокарда), симптомы, течение, профилактика. Оказание первой помощи (до приезда специализированной бригады скорой помощи) при приступе стенокардии и при подозрении на инфаркт миокарда. Гипертоническая болезнь: определение понятия, причины, симптомы, течение и профилактика. Оказание первой помощи (доврачебной) при

гипертоническом кризе. Нарушения мозгового кровообращения. Инсульты, причины и симптомы. Оказание неотложной помощи при подозрении на инсульт. Острая сосудистая недостаточность: обморок, коллапс, шок. Причины, симптомы и первая помощь при обычном обмороке.

Понятие о тепловом и солнечном ударах. Причины и условия возникновения, признаки, оказание первой помощи. Осложнения теплового и солнечного удара. Последствия теплового и солнечного удара у детей. Профилактика перегревания, теплового и солнечного ударов у взрослых и детей. Восстановление сердечной деятельности методом закрытого массажа сердца. Техника его выполнения.

Тема 7. Первая помощь при неотложных состояниях дыхательной системы (2 ч.)

Анатомо-физиологические особенности системы органов дыхания. Оценка деятельности органов дыхания в покое и при физической нагрузке (определение частоты дыхания, дыхательного объема, минутного объема дыхания, жизненной емкости легких и др.). Применение физиологических проб для оценки состояния внешнего дыхания. Исследование выносливости дыхательных мышц. Бронхиты, бронхиальная астма, пневмония, пневмосклероз, плевриты различной этиологии, легочное кровотечение и др. Характеристика и причины возникновения инспираторной и экспираторной одышки. Первая помощь при обструктивном, рестриктивном и смешанном типах нарушения вентиляционной функции легких. Проверка проходимости дыхательных путей. Методика «искусственного дыхания» Понятие о реанимации. Показания к проведению реанимационных мероприятий. Приемы оживления организма (правило ABC). Экстренное восстановление проходимости дыхательных путей. Искусственная вентиляция легких, характеристика ее способов.

Тема 8. Первая помощь при травмах (2 ч.)

Травмы. Детский травматизм. Оказание первой медицинской помощи при травмах. Понятие о травме, травматизме. Производственный травматизм, его причины. Понятие о безопасности труда. Техника безопасности. Непроизводственный травматизм (дорожно-транспортный, уличный, бытовой, спортивный), его характеристика.

Тема 9. Первая помощь при различных видах отравления (2 ч.)

Первая медицинская помощь при отравлениях. Понятие об отравлении. Отравления случайные, преднамеренные и криминальные, бытовые и производственные. Опасность производственных отравлений. Основные пути поступления токсических веществ в организм: энтеральный, ингаляционный, кожный, полостной, инъекционный, их характеристика. Общие принципы оказания первой медицинской помощи: введение противоядий, удаление яда из организма.

5.3. Содержание дисциплины: Практические (18 ч.)

Модуль 1. Основные показатели здоровья (8 ч.)

Тема 1. Здоровье и факторы его определяющие (1 ч.)

Структура и содержание здоровья. Показатели здоровья населения. Факторы, определяющие здоровье: биологические (наследственность, тип высшей нервной деятельности, конституция, темперамент и т.д.); природные (климат, погода, ландшафт, флора, фауна и т.д.); социально-экономические.

Субъективные и объективные методы исследования здоровья человека, этапы их проведения. Соматическое заболевание – телесное заболевание, в противоположность психическому заболеванию. Группа заболеваний, вызываемых внешними воздействиями или же внутренними нарушением работы органов и систем, не связанные с психической деятельностью человека.

Тема 2. Методы исследования физического здоровья человека (1 ч.)

Правила проведения пальпации, перкуссии, аускультации, измерения морфологических и функциональных признаков человека.

Понятие о функциональной диагностике. Характеристика и классификация функциональных проб, проводимых для оценки и определения здоровья.

Тема 3. Морфо-функциональные особенности системы дыхания (1 ч.)

Оценка деятельности органов дыхания в покое и при физической нагрузке (определение частоты дыхания, дыхательного объема, минутного объема дыхания, жизненной емкости легких и др.). Применение физиологических проб для оценки состояния внешнего дыхания: исследование способности организма противостоять недостатку кислорода (проба Штанге, Генчи); исследование выносливости дыхательных мышц (проба Розенталя).

Тема 4. Исследование возможностей сердечно-сосудистой системы (1 ч.)

Общая характеристика методов исследования состояния и функциональных возможностей сердечно-сосудистой системы

Определение физиологических показателей деятельности сердечно-сосудистой системы с помощью физических и инструментальных методов исследования. Функциональные методы определения деятельности системы кровообращения в покое и при мышечной деятельности. Физиологические пробы, проводимые для оценки физической работоспособности и адаптации данной системы к физическим нагрузкам (проба Мартинэ, Гарвардский степ-тест, тест Валунда-Тестранда и др.).

Тема 5. Способы оценки состояния нервной системы и психического здоровья человека (1 ч.)

Способы оценки состояния нервной системы и психического здоровья человека. Физические и инструментальные методы оценки деятельности нервной системы. Исследование безусловных рефлексов (поверхностных, глубоких, дистальных и рефлексов внутренних органов), деятельности мозжечка (пальценосовая проба, определение нистагма, проба Ромберга), вегетативной нервной системы (ортостатическая проба, вегетативный индекс Керде, проба Ашнера). Физиологические тесты для определения некоторых психических свойств личности.

Тема 6. Субъективные и объективные методы исследования здоровья (1 ч.)

Субъективные и объективные методы исследования здоровья человека, этапность их проведения: расспрос для выявления наличия или отсутствия каких-либо жалоб; сбор анамнеза (история жизни и здоровья человека); соматоскопия (наружный осмотр); пальпация; перкуссия; аускультация; измерение морфологических и функциональных признаков человека (антропометрия).

Тема 7. Основы иммунологии. Значение иммунитета для сохранения здоровья человека (1 ч.)

Понятие и виды иммунитета. Клетки и неспецифические растворимые медиаторы, участвующие в иммунном ответе. Механизмы клеточно-опосредованного и гуморального иммунитета. Гиперчувствительность замедленного и немедленного типа. Иммунологическая толерантность. Повышение невосприимчивости населения к инфекции и факторы, снижающие ее. Вакцины, сыворотки, анатоксины, иммуноглобулины в профилактике и лечении инфекционных болезней.

Врачебный контроль за физическим воспитанием детей, включающий распределение на медицинские группы по результатам исследования состояния здоровья, физического развития и функционального состояния; определение влияния нагрузок на организм в процессе учебных и внеучебных занятий по физическому воспитанию; санитарно-гигиенический контроль за местами и условиями проведения занятий; врачебно-педагогическое наблюдение в процессе занятий; профилактика травм и заболеваний, связанных с нерациональной методикой проведения занятий; медицинское обслуживание массовых оздоровительных физкультурных и спортивных мероприятий в дошкольных и школьных учреждениях; санитарно-просветительная работа по вопросам

Тема 8. Двигательная активность школьников, ее связь со здоровьем. (1 ч.)

Врачебный контроль за физическим воспитанием детей, включающий распределение на медицинские группы по результатам исследования состояния здоровья, физического развития и функционального состояния; определение влияния нагрузок на организм в процессе учебных и внеучебных занятий по физическому воспитанию; санитарно-гигиенический контроль за местами и условиями проведения занятий; врачебно-педагогическое наблюдение в процессе занятий; профилактика травм и заболеваний, связанных с нерациональной методикой проведения занятий; медицинское обслуживание массовых оздоровительных физкультурных и спортивных мероприятий в дошкольных и школьных учреждениях; санитарно-просветительная работа по вопросам физического воспитания; пропаганда оздоровительного влияния физической культуры и спорта.

Модуль 2. Первая помощь при неотложных состояниях и травмах (10 ч.)

Тема 10. Первая помощь при неотложных состояниях дыхательной

системы (1 ч.)

Этиопатогенез, клинические проявления и осложнения основных заболеваний дыхательного аппарата (бронхиты, бронхиальная астма, пневмония, пневмосклероз, плевриты различной этиологии, легочное кровотечение и др.). Характеристика и причины возникновения инспираторной и экспираторной одышки. Первая помощь при обструктивном, рестриктивном и смешанном типах нарушения вентиляционной функции легких.

Тема 11. Заболевания сердечно-сосудистой системы (1 ч.)

Факторы риска, приводящие к развитию заболеваний органов кровообращения. Клинические синдромы и характеристика основных заболеваний сердечно-сосудистой системы (ишемическая болезнь сердца, пороки сердца, гипертоническая и гипотоническая болезни, нарушения ритма сердца, тромбозы, острая и хроническая недостаточность кровообращения). Наблюдение и уход за больными в зависимости от нозологии. Характеристика неотложных состояний, возникающих у больных с сердечно-сосудистой патологией. Особенности оказания первой помощи при неотложных состояниях, осложняющих течение некоторых сердечно-сосудистых заболеваний.

Тема 12. Неотложные состояния при воздействии факторов окружающей среды (1 ч.)

Анатомические и физиологические особенности желудочно-кишечного тракта, а также других органов, расположенных в полости малого таза и забрюшинно. Факторы, предрасполагающие к развитию заболеваний органов пищеварения. Характеристика симптомов, сопровождающих течение желудочно-кишечной патологии. Особенности заболеваний, при которых возможно развитие клиники «острого живота». Первая медицинская помощь при возникновении рвоты. Основные признаки и принципы оказания неотложной помощи при приступах печеночной и почечной колики, болевом синдроме при остром гастрите и язвенной болезни желудка или двенадцатиперстной кишки, приступе острого аппендицита. Экстренная помощь при желудочно-кишечном и маточном кровотечении.

Тема 13. Неотложные состояния и первая помощь при них (1 ч.)

Термические поражения, оказание первой медицинской помощи. Понятие о термических поражениях. Ожоги. Классификация ожогов в зависимости от поражающего фактора (термические, химические, световые, лучевые), глубины поражения (поверхностные, глубокие), площади поражения (обширные, необширные). Клинические признаки ожогов. Неотложная помощь при ожогах. Особенности течения ожогов у детей.

Тема 14. Помощь (доврачебная) при воздействии факторов внешней среды (1 ч.)

Понятие о реанимации. Показания к проведению реанимационных мероприятий. Приемы оживления организма (правило ABC). Экстренное

восстановление проходимости дыхательных путей. Искусственная вентиляция легких, характеристика ее способов. Восстановление сердечной деятельности методом закрытого массажа сердца. Техника его выполнения. Соотношение вентиляция-массаж при участии в оживлении одного и двух человек. Продолжительность реанимационных мероприятий. Критерии правильности проведения реанимационных мероприятий. Возможные ошибки и осложнения реанимации.

Тема 15. Эпидемический процесс (1 ч.)

Понятие об эпидемии и эпидемическом процессе. Формы эпидемического процесса: спорадическая заболеваемость, эпидемия, пандемия. Классификация инфекционных болезней по механизму передачи и локализации возбудителя в организме. Понятие об антропонозах и зоонозах.

Тема 16. Заболевания опорно-двигательного аппарата (1 ч.)

Закрытые повреждения, меры неотложной помощи. Понятие о закрытых повреждениях. Ушиб, его признаки. Первая помощь при ушибах. Сотрясения и ушибы головного мозга, опасность инвалидности и летального исхода. Основные симптомы сотрясения и ушиба головного мозга. Меры неотложной помощи. Понятие о травматическом вывихе, растяжении сумочно-связочного аппарата суставов, их признаки. Меры оказания первой помощи.

Тема 17. Инфекционные заболевания (2 ч.)

Понятие об инфекционных болезнях. Инфекционная болезнь и инфекционный процесс. Виды возбудителей инфекционных заболеваний. Патогенные и непатогенные микроорганизмы. Этиология, патогенез, клинические проявления, осложнения и исходы основных групп инфекционных заболеваний: инфекции дыхательных путей (ОРВИ, ангина), кишечные инфекции и инвазии (инфекционный гепатит, сальмонеллез, дизентерия, полиомиелит, пищевая токсикоинфекция и др.), туберкулез, инфекции наружных покровов. Краткая характеристика детских инфекционных заболеваний.

Значение проведения профилактических мероприятий для охраны здоровья населения. Основные принципы профилактики инфекционных заболеваний. Дезинфекция, дезинсекция, дератизация, их средства и методы.

Тема 18. Первая помощь при различных видах отравления (1 ч.)

Принципы оказания первой помощи при острых отравлениях. Классификация, пути поступления отравляющих веществ в организм. Зависимость степени развития патологического процесса от концентрации, дозы токсического вещества, индивидуальных особенностей организма. Основные отличительные признаки при отравлении биологическими ядами, медикаментами, угарным газом. Особенности оказания первой помощи при острых отравлениях в зависимости от вида отравляющего вещества.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

6.1 Вопросы и задания для самостоятельной работы

Первый семестр (36 ч.)

Модуль 1. Основные показатели здоровья (18 ч.)

Вид СРС: *Выполнение индивидуальных заданий

Подготовить сообщение с презентацией по следующим темам:

1. Понятие о «здоровье», «норме здоровья». Структура и содержание здоровья.

2. Факторы, определяющие здоровье.

3. Факторы, воздействующие на здоровье.

4. Мотивация здоровья. Этапы его формирования.

Вид СРС: *Решение задач

Подготовка к решению задач темам:

1. Образ жизни как способ жизнедеятельности людей. Понятие «здоровый образ жизни», его формирование как медико-биологическая и социальная проблема.

2. Категории образа жизни, их характеристика. Непосредственное воздействие образа жизни на здоровье.

3. Определение понятия «здоровье». Степени состояния здоровья.

4. Пограничное состояние между болезнью и здоровьем, его характеристика. Признаки и критерии индивидуального и популяционного здоровья.

5. Информация и здоровье. Определение понятия «информация» и его характеристика. Потребность человека в информации. Значение информации в сохранении, укреплении и улучшении физического и психического здоровья человека. Потoki информации: сенсорный, вербальный, структурный, и их влияние на человека.

6. Труд и здоровье. Роль труда в сохранении и укреплении психического и физического здоровья. Виды трудовой деятельности. Характер труда: физический, умственный, аграрный, индустриальный, организаторский, исполнительский. Физиологические основы научной организации труда.

7. Движение и здоровье. Потребность в движении – одна из основных потребностей человека, ее проявления в онтогенезе. Понятие «двигательной активности», ее составные компоненты.

Модуль 2. Первая помощь при неотложных состояниях и травмах (18ч.)

Вид СРС: *Решение задач

Ситуационные задачи.

1. Во время игры в баскетбол мальчик 10 лет упал на пол, ударившись левой рукой. В результате этого у него возникла резкая боль в левом плече, ограничение подвижности плечевого сустава. При осмотре было обнаружено небольшое укорочение левой верхней конечности. Какие действия по оказанию доврачебной помощи необходимы в данной ситуации?

2. Женщина 30 лет упала с велосипеда. Сразу после падения она

ощутила боль в правой кисти и предплечье. Через несколько минут в области лучезапястного сустава образовалась припухлость и гематома. С чем необходимо дифференцировать данную патологию и какова первая медицинская помощь пострадавшей?

3. Из-под завала извлечен пожилой мужчина. Обвал здания произошел около 4 часов назад. Какие возможны последствия и осложнения после полученной травмы

? Какие ошибки возможны при оказании первой медицинской помощи, которые могут привести к летальному исходу пострадавшего?

Вид СРС: *

Подготовить конспект с презентацией (15–20 слайдов) по следующим темам:

1. Первая помощь при ранениях разного характера.
2. Первая помощь при остановке кровотечений.
3. Отравления ядовитыми грибами, первая помощь.
4. Отравление ядом гадюки, первая помощь.

7. Тематика курсовых работ(проектов)

Курсовые работы (проекты) по дисциплине не предусмотрены.

8. Оценочные средства для промежуточной аттестации

8.1. Компетенции и этапы формирования

Коды компетенций	Этапы формирования		
	Курс, семестр	Форма контроля	Модули (разделы) дисциплины
ОК-9	1 курс,Первый семестр	Зачет	Модуль 1:Основные показатели здоровья.
ОК-9	1 курс,Первый семестр	Зачет	Модуль 2:Первая помощь при неотложных состояниях и травмах.

Сведения об иных дисциплинах, участвующих в формировании данных компетенций:

Компетенция ОК-9 формируется в процессе изучения дисциплин:

Безопасность жизнедеятельности, Основы медицинских знаний, Практическая психология в службе МЧС.

8.2. Показатели и критерии оценивания компетенций, шкалы оценивания

В рамках изучаемой дисциплины студент демонстрирует уровни овладения компетенциями:

Повышенный уровень:

знает и понимает теоретическое содержание дисциплины «Основы медицинских знаний»; творчески использует ресурсы (технологии, средства) для решения профессиональных задач; владеет навыками оказания первой медицинской помощи.

Базовый уровень:

знает и понимает теоретическое содержание основ медицинских знаний; в достаточной степени сформированы умения применять на практике и переносить из одной научной области в другую теоретические знания; умения и навыки оказания первой медицинской помощи демонстрируются в учебной и практической деятельности; имеет навыки оценивания собственных достижений; умеет определять проблемы и потребности в конкретной области профессиональной деятельности.

Пороговый уровень:

понимает теоретическое содержание основ медицинских знаний; имеет представление о проблемах, процессах, явлениях; знаком с терминологией, сущностью, характеристиками изучаемых явлений; демонстрирует практические умения оказания первой медицинской помощи.

Уровень ниже порогового:

имеются пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, студент допускает принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий, не способен продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности по окончании вуза без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.

Уровень сформированности компетенции	Шкала оценивания для промежуточной аттестации	Шкала оценивания по БРС
	Зачет	
Повышенный	зачтено	90 – 100%
Базовый	зачтено	76 – 89%
Пороговый	зачтено	60 – 75%
Ниже порогового	незачтено	Ниже 60%

Критерии оценки знаний студентов по дисциплине

Оценка	Показатели
Зачтено	Студент знает основные понятия дисциплины, основные антропометрические и функциональные показатели здоровья, симптомы неотложных состояний (кровотечения, отравления, ожоги и т. д.). Имеет представление об инфекционных и неинфекционных заболеваниях и их симптомах, способах и приемах оказания первой медицинской помощи при травмах и неотложных состояниях. Демонстрирует умение оказывать первую

	медицинскую помощь при некоторых неотложных состояниях и травмах. Владеет методами антропометрии и оценки функционального состояния участников образовательного процесса с помощью простейших функциональных проб. Ответ логичен и последователен, отличается глубиной и полнотой раскрытия темы, выводы доказательны.
Незачтено	Студент демонстрирует незнание основного содержания дисциплины, обнаруживая существенные пробелы в знаниях учебного материала, допускает принципиальные ошибки в выполнении предлагаемых заданий; затрудняется делать выводы и отвечать на дополнительные вопросы преподавателя.

8.3. Вопросы, задания текущего контроля

Модуль 1: Основные показатели здоровья

ОК-9 способностью использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций

1. Сформулируйте определения понятия здоровье
2. Отметьте факторы, которые оказывают наибольшее влияние на здоровье населения.
3. Перечислите показатели здоровья детского населения
4. Опишите этапы формирования здоровья подрастающего человека. Дайте краткую характеристику этих этапов
5. Назовите шесть основных признаков здоровья. Дайте определение понятию донозологическая диагностика.

Модуль 2: Первая помощь при неотложных состояниях и травмах

ОК-9 способностью использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций

1. Сформулируйте определение понятия болезнь.
2. Объясните, что включает в себя понятие первая медицинская помощь
3. Перечислите сходства и различия понятий инфекция и инфекционная болезнь.
4. Сформулируйте определение понятия терминальные состояния
5. Охарактеризуйте методы самопомощи, взаимопомощи и доврачебной помощи в ЧС природного, техногенного, социального и биолого-социального характера

8.4. Вопросы промежуточной аттестации

Первый семестр (Зачет, ОК-9)

1. Рассмотреть этапы формирования здоровья подрастающего человека. Дайте краткую характеристику этих этапов.
2. Сформулировать понятие о болезни, норме, здоровье, профилактике и патологическом процессе.

3. Описать внешние и внутренние факторы, способствующие заболеванию
4. Рассмотреть виды раневой инфекции, пути проникновения в рану.
5. Сформулировать понятие о болезни. Внешние и внутренние факторы способствующие заболеванию. Течение и исход болезни.
6. Рассмотреть виды кровотечений. Способы остановки кровотечений. Неотложная помощь при различных видах кровотечений.
7. Описать порядок измерения антропометрических показателей.
8. Назвать факторы учебно-воспитательного процесса в школе, которые способны повысить или снизить риск развития у школьников заболеваний.
9. Перечислить наиболее распространенные физиометрические показатели.
10. Объяснить, как проводится исследование и оценка гармоничности, пропорциональности физического развития и крепости телосложения по методу индексов.
11. Объяснить, каким образом проводится оценка состояния вегетативной нервной системы.
12. Перечислить функциональные пробы, применяемые для оценки состояния системы дыхания.
13. Назвать признаки патогенных и вирулентных микроорганизмов.
14. Сформулировать определение понятия иммунитет.
15. Объяснить, с какой целью осуществляется проверка проходимости дыхательных путей в ходе проведения реанимации.
16. Описать порядок проведения реанимации при остановке дыхания.
17. Рассмотреть порядок оказания первой медицинской помощи при наружном кровотечении.
18. Рассмотреть последовательность проведения транспортной иммобилизации при повреждении плечевого пояса.
19. Раскрыть понятие о реанимации. Показания к проведению реанимационных мероприятий. Приемы оживления организма.
20. Сформулировать и раскрыть понятие об открытых повреждениях, характеристика ран. Причины ранения. Признаки ран: боль, кровоподтек, зияние краев раны.
21. Перечислить факторы, которые препятствуют оказанию первой медицинской помощи на месте происшествия.
22. Раскрыть особенности костно-суставной системы у детей.
23. Сформулировать определение понятия терминальные состояния.
24. Рассмотреть сходства и различия понятий инфекция и инфекционная болезнь. Назвать и охарактеризовать пути передачи инфекции.¶
25. Перечислить способы наружного применения лекарственных средств.¶ Назвать методы введения лекарств, с помощью инъекций.¶
26. Раскрыть виды перевязочного материала.¶Перечислить типы бинтовых повязок.¶

27. Описать последовательность проведения транспортной иммобилизации при повреждении плечевого пояса.

28. Рассмотреть порядок оказания первой медицинской помощи при попадании инородного тела в дыхательные пути.

29. Рассмотреть особенности первой помощи при обструктивном, рестриктивном и смешанном типах нарушения вентиляционной функции легких.

30. Рассмотреть классификацию, пути поступления отравляющих веществ в организм.

8.5. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета.

Зачет позволяет оценить сформированность компетенций, теоретическую подготовку студента, его способность к творческому мышлению, готовность к практической деятельности, приобретенные навыки самостоятельной работы, умение синтезировать полученные знания и применять их при решении практических задач.

При балльно-рейтинговом контроле знаний итоговая оценка выставляется с учетом набранной суммы баллов.

Собеседование (устный ответ) на зачете

Для оценки сформированности компетенции посредством собеседования (устного ответа) студенту предварительно предлагается перечень вопросов или комплексных заданий, предполагающих умение ориентироваться в проблеме, знание теоретического материала, умения применять его в практической профессиональной деятельности, владение навыками и приемами выполнения практических заданий. При оценке достижений студентов необходимо обращать особое внимание на:

- усвоение программного материала;
- умение излагать программный материал научным языком;
- умение связывать теорию с практикой;
- умение отвечать на видоизмененное задание;
- владение навыками поиска, систематизации необходимых источников литературы по изучаемой проблеме;
- умение обосновывать принятые решения;
- владение навыками и приемами выполнения практических заданий;
- умение подкреплять ответ иллюстративным материалом.

9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

Основная литература

1. Основы медицинских знаний (анатомия, физиология, гигиена человека и оказание первой помощи при неотложных состояниях) : учебное пособие [Электронный ресурс] / отв. ред. И. В. Гайворонский. – СПб : СпецЛит, 2009. –

303 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru>

2. Основы медицинских знаний [Текст] : учебно-методическое пособие / Л. Е. Игнатьева [и др.] ; Мордов. гос. пед. ин-т. – Саранск, 2017. – 268 с.

3. Щанкин, А.А. Курс лекций по основам медицинских знаний и здорового образа жизни : учебное пособие / А.А. Щанкин. – Москва; Берлин : Директ-Медиа, 2015. – 97 с. – ISBN 978-5-4475-4855-1; [Электронный ресурс]. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362685>

Дополнительная литература

1. Волокитина, Т. В. Основы медицинских знаний: учебное пособие для вузов / Т. В. Волокитина, Г. Г. Бральнина, Н. И. Никитинская. – 2-е изд., стер. – М. : Академия, 2010. – 431 с.

2. Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебное пособие для бакалавров / М.Н. Мисюк. – 2-е изд. испр. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2013. – 431 с

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. <https://yadi.sk/d/MSnKOolvR4wAv>– Оказание первой помощи пострадавшим – практическое пособие

2. <http://www.spas-extreme.ru/> – Сайт детской безопасности

3. <http://www.takzdorovo.ru/>– Портал Здоровой России.

11. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля)

При освоении материала дисциплины необходимо:

- спланировать и распределить время, необходимое для изучения дисциплины;

- конкретизировать для себя план изучения материала;

- ознакомиться с объемом и характером внеаудиторной самостоятельной работы для полноценного освоения каждой из тем дисциплины.

Сценарий изучения курса:

- проработайте каждую тему по предлагаемому ниже алгоритму действий;
- регулярно выполняйте задания для самостоятельной работы, своевременно отчитывайтесь преподавателю об их выполнении;

- изучив весь материал, проверьте свой уровень усвоения содержания дисциплины и готовность к сдаче зачета, выполнив задания и ответив самостоятельно на примерные вопросы для промежуточной аттестации.

Алгоритм работы над каждой темой:

- изучите содержание темы вначале по лекционному материалу, а затем по другим источникам;

- прочитайте дополнительную литературу из списка, предложенного преподавателем;

- выпишите в тетрадь основные понятия и категории по теме, используя лекционный материал или словари, что поможет быстро повторить материал при подготовке к промежуточной аттестации;
- составьте краткий план ответа по каждому вопросу, выносимому на обсуждение на аудиторном занятии;
- повторите определения терминов, относящихся к теме;
- продумайте примеры и иллюстрации к обсуждению вопросов по изучаемой теме;
- подберите цитаты ученых, общественных деятелей, публицистов, уместные с точки зрения обсуждаемой проблемы;
- продумывайте высказывания по темам, предложенным к аудиторным занятиям.

Рекомендации по работе с литературой:

- ознакомьтесь с аннотациями к рекомендованной литературе и определите основной метод изложения материала того или иного источника;
- составьте собственные аннотации к другим источникам, что поможет при подготовке рефератов, текстов речей, при подготовке к промежуточной аттестации;
- выберите те источники, которые наиболее подходят для изучения конкретной темы;
- проработайте содержание источника, сформулируйте собственную точку зрения на проблему с опорой на полученную информацию.

12. Перечень информационных технологий

Реализация учебной программы обеспечивается доступом каждого студента к информационным ресурсам – электронной библиотеке и сетевым ресурсам Интернет. Для использования ИКТ в учебном процессе используется программное обеспечение, позволяющее осуществлять поиск, хранение, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители, организацию взаимодействия в реальной и виртуальной образовательной среде.

Индивидуальные результаты освоения дисциплины студентами фиксируются в электронной информационно-образовательной среде университета.

12.1 Перечень программного обеспечения

1. Microsoft Windows 7 Pro
2. Microsoft Office Professional Plus 2010
3. 1С: Университет ПРОФ

12.2 Перечень информационных справочных систем (обновление выполняется еженедельно)

1. Информационно-правовая система «ГАРАНТ» (<http://www.garant.ru>)
2. Справочная правовая система «КонсультантПлюс» (

<http://www.consultant.ru>)

12.3 Перечень современных профессиональных баз данных

1. Профессиональная база данных «Открытые данные Министерства образования и науки РФ» (<http://xn----8sblcdzzacvuc0jbg.xn--80abucjiibhv9a.xn--p1ai/opendata/>)

2. Электронная библиотечная система Znanium.com(<http://znanium.com/>)

13. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля)

Для проведения аудиторных занятий необходим стандартный набор специализированной учебной мебели и учебного оборудования, а также мультимедийное оборудование для демонстрации презентаций на лекциях. Для проведения практических занятий, а также организации самостоятельной работы студентов необходим компьютерный класс с рабочими местами, обеспечивающими выход в Интернет.

Индивидуальные результаты освоения дисциплины фиксируются в электронной информационно-образовательной среде университета.

Реализация учебной программы обеспечивается доступом каждого студента к информационным ресурсам – электронной библиотеке и сетевым ресурсам Интернет. Для использования ИКТ в учебном процессе необходимо наличие программного обеспечения, позволяющего осуществлять поиск информации в сети Интернет, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители.

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации (108).

Кабинет безопасности жизнедеятельности.

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Наборы демонстрационного оборудования: автоматизированное рабочее место в составе (компьютер, документ-камера, гарнитура, проектор, интерактивный экран, лазерная указка);

Войсковой прибор химической разведки ВПХР, ГДЗК-У, дозиметр Радэкс, жилет утяжелитель, ИПП-11, индикатор радиоактивный эколог, комплексный тренажер Максим, костюм защитный общевойсковой, лабораторная установка звукоизоляции и звукопоглощения; лабораторная установка Методы очистки воды; лабораторная установка Эффективность и качество освещения; манекен-тренажер Junior; манекен для СРЛ Бэби Энн; носилки плащевые; общевойсковой комплект ИД-1, робот-тренажер Илюша, сумка санинструктора, трен-манекен имитатор повреждений, тренажер учебный для в/в инъекций, щит пожарный (закрытый), аптечка индивидуальная АИ-2, защитный капюшон «Феникс», индивидуальный измеритель поглощения дозы ИД-11, индивидуальный переверточный пакет ИПП-11, костюм защитный Л-1, шина транспортная универсальная взрослая; доска маркерная.

Учебно-наглядные пособия:

Презентации, макет природный ЧС оползень, макет техногенный ЧС жилого дома, комплект к щиту пожарному.

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации (302).

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Наборы демонстрационного оборудования: автоматизированное рабочее место в составе (УМК трибуна, проектор, интерактивный экран, компьютер, документ-камера, гарнитура, лазерная указка), доска маркерная.

Учебно-наглядные пособия: Презентации.

Помещение для самостоятельной работы.

Читальный зал электронных ресурсов, № 101 б.

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Компьютерная техника с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета (компьютер 12 шт., мультимедийный проектор 1 шт., многофункциональное устройство 1 шт., принтер 1 шт.).

Учебно-наглядные пособия:

Презентации, электронные диски с учебными и учебно-методическими пособиями.