

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

Факультет истории и права

Кафедра теории и методики физической культуры и безопасности
жизнедеятельности

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Наименование дисциплины (модуля): Основы медицинских знаний

Уровень ОПОП: Бакалавриат

Направление подготовки: 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя
профилями подготовки)

Профиль подготовки: История. Право

Форма обучения: Очная

Разработчики:

Киреева Ю. В., кандидат биолог. наук, доцент

Комарова Н. А., канд. биол. наук, доцент

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 1 от
31.08.2017 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 студентов совокупности теоретических знаний по основам медицины, овладение умениями и навыками оказания первой медицинской помощи при заболеваниях различных органов, систем и неотложных состояниях.

Задачи дисциплины:

- ознакомить студентов с причинами возникновения и клиническими особенностями основных заболеваний внутренних органов, их возможными осложнениями и последствиями острого характера;
- ознакомить студентов с неотложными состояниями в клинике внутренних болезней;
- ознакомить студентов с различными видами травм, которые могут возникнуть в условиях чрезвычайной ситуации любого характера и в быту;
- ознакомить студентов с инфекционными заболеваниями и их профилактикой;
- обучить студентов навыкам оказания неотложной (первой) медицинской помощи при травмах и острых нарушениях процессов жизнедеятельности.

2 Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина Б1.Б.11 «Основы медицинских знаний» относится к базовой части учебного плана.

Дисциплина изучается на 1 курсе, в 2 семестре.

Для изучения дисциплины требуется: формирование знаний о факторах, влияющих на здоровье населения и мерах профилактической направленности.

Изучению дисциплины Б1.Б.11 «Основы медицинских знаний» предшествует освоение дисциплин (практик):

Возрастная анатомия, физиология и основы валеологии;

Освоение дисциплины Б1.Б.11 «Основы медицинских знаний» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

Психология инклюзивного образования;

Педагогика инклюзивного образования;

Безопасность жизнедеятельности;

Летняя педагогическая практика.

Область профессиональной деятельности, на которую ориентирует дисциплина «Основы медицинских знаний», включает: образование, социальную сферу, культуру.

Освоение дисциплины готовит к работе со следующими объектами профессиональной деятельности:

- обучение;
- воспитание;
- развитие;
- просвещение;
- образовательные системы.

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 и трудовых функций (профессиональный стандарт Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании) (воспитатель, учитель), утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты №544н от 18.10.2013).

Выпускник должен обладать следующими общекультурными компетенциями (ОК):

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

ОК-9. способностью использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций		
ОК-9	–	<i>знать:</i> -методы исследования и оценки физического развития на разных этапах обучения и воспитания -симптомы неотложных состояний (кровотечения, отравления, ожоги и т.д.); способы и приемы оказания первой помощи при травмах и неотложных состояниях <i>уметь:</i> - оценивать индивидуальный уровень физического развития с учетом основных антропометрических показателей. вырабатывать навыки культуры безопасного и ответственного поведения; оказывать первую доврачебную помощь обучающимся; применять меры профилактики детского травматизма. <i>владеть:</i> - методами исследования и оценки физического развития на разных этапах обучения и воспитания; навыками формирования мотивации здорового образа жизни, предупреждения вредных привычек - навыками оказания первой доврачебной помощи обучающимся; навыками применения мер профилактики детского травматизма.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Второй 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

Содержание модулей дисциплины

Модуль 1. Понятия здоровья, болезни, здорового образа жизни:

Здоровье и факторы его определяющие. Неотложные состояния и первая помощь при них. Неотложные состояния при сердечно-сосудистых заболеваниях и первая помощь при них. Закрытые и открытые повреждения: раны, термические ожоги, обморожения.

Модуль 2. Оказание первой медицинской помощи при неотложных состояниях:

Острые отравления и первая помощь при них. Инфекционный и эпидемические процессы. Детские инфекционные болезни. Туберкулез у взрослых и детей. Кожные инфекции. Инфекционные заболевания, передающиеся половым путем.

Содержание дисциплины: Лекции (18 ч.)

Модуль 1. Понятия здоровья, болезни, здорового образа жизни (8 ч.)

Тема 1. Здоровье и факторы его определяющие (2 ч.)

Здоровье: определение понятия, виды здоровья. Критерии оценки индивидуального и коллективного здоровья. Факторы, укрепляющие здоровье и факторы риска. Состояние здоровья взрослых и детей России на современном этапе, основные демографические

показатели.

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

Представление о норме здоровья. Показатели нормы здоровья (антропометрические, физиометрические, биохимические, психологические, социальные) и их характеристика.

Методы диагностики состояния физического здоровья человека: изучение истории жизни и здоровья (анамнез) и выявление неблагоприятных факторов для здоровья (наследственных и приобретенных, действующих или предрасполагающих); внешнего вида (осмотр) и выявление неблагоприятных для здоровья показателей. Определение состояния и уровня физического здоровья человека по комплексу показателей. Исследование некоторых показателей состояния психического здоровья человека.

Оценка функционального состояния сердечно-сосудистой системы в процессе занятий физической культурой. Динамика изменений основных физиологических показателей сердечно-сосудистой системы: частоты сердечных сокращений, артериального давления, систолического объема крови, минутного объема крови. Функциональные пробы в исследовании сердечно-сосудистой системы.

Практические занятия. Проведение и оценка проб Мартинэ, Руфье-Диксона. Оценка функционального состояния системы внешнего дыхания в покое и под влиянием физической нагрузки (частоты дыхания, жизненной емкости легких, должной жизненной емкости легких). Проведение и оценка проб Шафранского, Розенталя, Штанге, Сообразе. Исследование функционального состояния нервной системы. Оценка вегетативного тонуса. Исследование вестибулярного анализатора (проба Ромберга, ортостатическая проба).

Тема 3. Понятие о болезни (2 ч.)

Понятие о болезни, характер течения и периоды в течении болезни. Этиология и патогенез заболевания. Факторы риска, способствующие развитию болезни. Роль физической культуры в профилактике большинства заболеваний. Уход за больными, его виды и особенности в зависимости от стадии развития и тяжести патологического процесса. Показания и противопоказания к применению физиотерапевтических процедур при уходе за больными. Ознакомление с лекарственными средствами. Пути введения и выделения лекарственных веществ из организма. Понятие о дозах лекарственных средств. Особенности действия лекарственных веществ при их повторном применении (сенсibilизация, кумуляция, привыкание, пристрастие). Эффекты, наблюдаемые при комбинированном применении лекарственных веществ.

Тема 4. Инфекционные заболевания (2 ч.)

Основы микробиологии, патогенные и непатогенные микроорганизмы, изменчивость микроорганизмов, бактериофагия. Понятие об эпидемиологии, звенья и формы эпидемического процесса. Инфекция, инфекционный процесс, инфекционная болезнь. Основы иммунологии. Иммуитет, его виды и роль в сохранении биологической индивидуальности. Необходимость профилактических мероприятий для охраны здоровья населения.

Ознакомление с дезинфекцией, дезинсекцией и дератизацией. Их значение. Повышение невосприимчивости населения к инфекциям. Вакцинация населения.

Модуль 2. Оказание первой медицинской помощи при неотложных состояниях (10 ч.)

Тема 5. Острые отравления и первая помощь при них (2 ч.)

Отравление: определение понятия, пути поступления ядов в организм человека. Пищевые отравления: причины, симптомы, течение, ПМП, профилактика. Острые отравления грибами, причины отравления грибами, в том числе съедобными, особенности оказания ПМП, профилактика, прогноз.

Острые отравления ядом при укусах клещей, ос, пчел, змей, симптомы, течение, ПМП, профилактика, последствия.

Наркотики, механизм действия на организм, последствия употребления наркотиков, профилактика.

Тема 6. Неотложные состояния и первая помощь при них (2 ч.)

Понятие о неотложных состояниях. Виды неотложных состояний, причины и факторы, их вызывающие.

Понятие первой неотложной медицинской помощи (ПМП). Три группы мероприятий ПМП.

Алгоритм оказания ПМП при неотложных состояниях в клинике внутренних болезней (по системам органов).

Тема 7. Неотложные состояния при сердечно-сосудистых заболеваниях (2 ч.)

Краткая характеристика основных заболеваний сердечно-сосудистой системы: гипертоническая болезнь, ишемическая болезнь сердца, стенокардия и инфаркт миокарда, инсульт. Причины, симптомы, течение, профилактика. Оказание ПМП при гипертоническом кризе, приступе стенокардии и при подозрении на инфаркт.

Обморок, причины, симптомы, оказание ПМП. Тепловой удар: причины и условия возникновения, признаки, последствия и оказание ПМП.

Солнечный удар: причины и условия возникновения, признаки, осложнения и оказание неотложной помощи. Тепловой и солнечный удар у детей, профилактика.

Тема 8. Комплекс сердечно-легочной реанимации (2 ч.)

Терминальные состояния, 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 (правило ABC). Критерии правильности проведения реанимационных мероприятий. Возможные ошибки и осложнения реанимации.

Тема 9. Первая помощь при различных травмах и повреждении (2 ч.) Характеристика и классификация ран. Понятие о раневой инфекции. Виды кровотечений, их клинические признаки.

Способы временной и окончательной остановки кровотечений. Особенности остановки кровотечений у детей. Асептика и антисептика, их методы и средства.

Правила наложения бинтовых повязок на отдельные части тела.

5.3. Содержание дисциплины: Практические (18 ч.)

Модуль 1. Основные понятия ОМЗ. Инфекционные и неинфекционные болезни (10 ч.)

Тема 1. Исследование и оценка физического развития соматометрическими методами (2 ч.)

1. Понятие о физическом развитии и влияющих на него факторах.
2. Основные возрастно-половые закономерности физического развития детей и подростков.
3. Антропометрические исследования, условия их проведения.
4. Соматометрия. Проведение измерения основных соматометрических показателей: длина тела (рост стоя и сидя), масса тела и окружность грудной клетки.
5. Определение уровня физического развития, его гармоничности (не гармоничности). Оценка полученного физического развития по профилю физического развития.

Тема 2. Исследование и оценка физического развития и функционального состояния физиометрическими методами. Исследование и оценка физического здоровья (2 ч.)

1. Понятие о физиометрии.
2. Определение функциональных показателей организма: жизненной емкости легких (ЖЕЛ), частоты сердечных сокращений (ЧСС), артериального давления (АД), силы мышц кисти ведущей руки.
3. Определение индексов пропорциональности телосложения, крепости телосложения, уровня развития грудной клетки, динамометрического (силового) индекса (ДИ) кисти.
4. Проба с физической нагрузкой.
5. Определение уровня физического здоровья (по Е. А. Пироговой).
6. Определение индивидуального уровня здоровья по комплексу показателей.

Тема 3. Исследование и оценка физического развития соматоскопическими методами (2 ч.)

1. Понятие о соматоскопии.
2. Описательные признаки (развитие мускулатуры, степень жировоголожения, состояние опорно-двигательного аппарата: осанка, форма грудной клетки, форма ног, стопы, степень полового созревания и др.) и их характеристика.
3. Понятие конституции человека. Типы конституции (нормостенический, астенический и гиперстенический), их характеристика.
4. Описание особенностей собственного телосложения, осанки и состояния опорно-двигательного аппарата, определение типа конституции.

Тема 4. Соматические заболевания (2 ч.)

1. Основные факторы риска и профилактика развития хронических неинфекционных заболеваний.
2. Заболевания сердечно-сосудистой системы.
3. Заболевания дыхательной системы.
4. Заболевания пищеварительной системы и болезни обмена веществ.

Тема 5. Инфекционные заболевания (2 ч.)

1. Понятие об инфекции, инфекционном процессе и инфекционных болезнях.
2. Инфекционные болезни.
3. Воздушно-капельные инфекции.
4. Желудочно-кишечные инфекции.
5. Гематогенные инфекции.
6. Профилактика инфекционных заболеваний. Дезинфекция, дезинсекция и дератизация, их значение.

Модуль 2. Основы травматологии и реанимации (8 ч.)

Тема 6. Основы применения лекарственных средств (2 ч.)

1. Понятие о лекарстве или лекарственном средстве, лекарственном препарате, дозе.
2. Понятие о лекарственной форме.
3. Пути введения лекарственных препаратов.

Тема 7. Основы десмургии (2 ч.)

1. Понятие десмургии.
2. Основные виды перевязочного материала. Правила наложения повязок.
3. Отработка технологии наложения некоторых типов бинтовых повязок: циркулярной (круговой), спиральной, ползучей (змеевидной), восьмиобразной (крестообразной), колосовидной, черепашьей, возвращающейся, повязки «чепец».

Тема 8. Первая помощь при различных травмах и повреждениях (2 ч.)

1. Освоение способов остановки наружного кровотечения.
2. Наложение давящей повязки.
3. Пальцевое прижатие артерии выше раны.
4. Наложение кровоостанавливающего жгута. Наложение жгута-закрутки.
5. Фиксирование конечности в положении максимального сгибания.
6. Техника иммобилизации при различных повреждениях.

Тема 18. Принципы и методы реанимации (2 ч.)

1. Экстренное восстановление проходимости дыхательных путей
2. Искусственная вентиляция легких рот в рот или рот в нос
3. Одновременное восстановление кровообращения с помощью закрытого массажа сердца.

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

6.1 Вопросы и задания для самостоятельной работы

Второй семестр (36 ч.)

Модуль 1. Основные понятия ОМЗ. Инфекционные и неинфекционные болезни (18 ч.)

Вид СРС: Выполнение индивидуальных заданий

1. Объяснить суть понятий «абсолютно здоровый человек» и «практически здоровый человек» для организации физкультурно-спортивной деятельности.
2. Дать различные дефиниции понятию «здоровье». Рассмотреть факторы, разрушающие, укрепляющие и сохраняющие здоровье.
3. Соотнести понятия: пограничное состояние, переходное состояние, промежуточное состояние, третье состояние, напряжение механизмов адаптации, срыв адаптации.
4. Перечислить состояния, при которых незамедлительно следует вызывать скорую помощь для

обеспечения личной безопасности и безопасности окружающих.

5. Пояснить, третье состояние является обратимым, или может длиться всю жизнь.

6. Пояснить, является ли оказание первой помощи действием, способным снизить смертность от травм и неотложных состояний.

7. Объяснить, какие действия нужно выполнить в первую очередь на месте происшествия.

8. Раскрыть роль учителя (педагога) по привитию навыков культуры безопасного и ответственного поведения обучающихся в обществе.

9. Привести убедительные доказательства того, что употребление алкоголя, наркотических веществ и курения являются важнейшими факторами риска многих заболеваний.

10. Описать алгоритм действия учителя (педагога) по осмотру пострадавшего ученика в целях выявления состояний, угрожающих его жизни и здоровью.

11. Составить конспект по теме «Основные факторы, связанные с образом жизни, способствующие развитию сердечно-сосудистых заболеваний».

12. Расписать алгоритм действия учителя (педагога) при часто возникающих у школьников различных неотложных состояниях и травмах.

13. Используя источники интернет составить конспект о профилактике инфекционных заболеваний в детских коллективах.

14. Составить конспект по теме «Меры профилактики детского травматизма».

Перечислить и кратко охарактеризовать основные направления, гарантирующие охрану жизни и здоровья обучающихся в процессе учебно-воспитательной и внеурочной деятельности.

Подготовить презентации по заболеваниям сердечно-сосудистой, дыхательной, пищеварительной систем; инфекционным заболеваниям.

Вид СРС: Подготовка к тестированию

Тестовые задания

1. Индивидуальное здоровье характеризуется:

- а) уровнем физического развития;
- б) уровнем функциональных резервов физиологических систем;
- в) наличием или отсутствием вредных привычек;
- г) наследственностью.

2. Основными факторами, определяющими здоровье человека, являются:

- а) наличие хронических заболеваний или дефектов развития;
- б) образ жизни;
- в) генетические факторы;
- г) состояние окружающей среды.

3. Факторами образа жизни, ухудшающими здоровье человека, являются:

- а) гипердинамия;
- б) отсутствие рационального режима дня;
- в) отрицательные условия быта и производства;
- г) вредные привычки.

4. Соматическое здоровье включает:

- а) физическое развитие;
- б) функциональные резервы физиологических систем;
- в) интеллектуальные способности;
- г) ценностно-мотивационные установки.

5. Психическое здоровье – это:

- а) душевное благополучие, обеспечивающее адекватную действительности регуляцию поведения
- б) личностная зрелость
- в) отсутствие психической болезни
- г) то же, что и психическая болезнь, поскольку между нормой и патологией нет принципиальных различий

6. Нравственное здоровье включает:

- а) эмоциональный статус;
- б) функциональные резервы физиологических систем;
- в) интеллектуальные способности;
- г) ценностно-мотивационные установки.

7. В структуре заболеваемости школьников чаще встречаются:

- а) болезни сердечно-сосудистой системы;
 - б) болезни эндокринной системы;
 - в) болезни органов пищеварения;
 - г) болезни органов дыхания.
8. К школьным формам патологии относят:
- а) свинку, корь, коклюш, близорукость;
 - б) сколиоз, плоскостопие, дифтерию, близорукость;
 - в) сколиоз, плоскостопие, нарушения осанки, близорукость;
 - г) скарлатину, полиомиелит, нарушения осанки, близорукость.
9. Для профилактики инфекционных болезней используют:
- а) дератизацию, дезинфекцию, десинхроноз;
 - б) дератизацию, депривацию, десинхроноз;
 - в) дератизацию, дезинфекцию, дезинсекцию;
 - г) дератизацию, дезактивацию, дезинсекцию.
10. К неинфекционным болезням относят:
- а) атеросклероз, вирусный гепатит, гипертонию;
 - б) гонорею, цирроз печени, холецистит;
 - в) инфаркт миокарда, гастрит, мочекаменную болезнь;
 - г) ишемическую болезнь сердца, бронхит, дифтерию.
11. Инфекции дыхательных путей передаются:
- а) воздушно-капельным путем;
 - б) через продукты питания, воду;
 - в) контактным путем;
 - г) через укусы кровососущих насекомых.
12. Эффективность непрямого массажа сердца оценивают по:
- а) появлению пульса на сонных, бедренных или лучевых артериях;
 - б) повышению артериального давления в пределах 60-80 мм. рт/ст;
 - в) появлению реакции зрачков на свет;
 - г) восстановлению дыхания.
13. Если реанимацию проводит один человек, то:
- а) через каждые 15 сдавлений грудины с интервалом в 1 секунду он должен, прекратив массаж, произвести 2 сильных вдоха по методу рот в рот;
 - б) через каждые 5 сдавлений грудины с интервалом в 1 секунду он должен, прекратив массаж, произвести 1 сильный вдох по методу рот в рот;
 - в) через каждые 2 сдавления грудины с интервалом в 1 секунду он должен, прекратив массаж, произвести 1 сильный вдох по методу рот в рот;
 - г) через каждое сдавление грудины с интервалом в 1 секунду он должен, прекратив массаж, произвести 5 сильных вдохов по методу рот в рот.
14. При участии в реанимации двух человек следует:
- а) производить 1 сильный вдох по методу рот в рот после каждых 5 сдавлений грудины;
 - б) производить 5 сильных вдохов по методу рот в рот после каждых 5 сдавлений грудины;
 - в) производить 1 сильный вдох по методу рот в рот после каждых 15 сдавлений грудины;
 - г) производить 2 сильных вдоха по методу рот в рот после каждых 2 сдавлений грудины.
15. Достоверным признаком биологической смерти является:
- а) резкая бледность кожи;
 - б) отсутствие дыхания;
 - в) отсутствие пульса на лучевой артерии;
 - г) симптом «кошачьего глаза».
16. Основная роль учителя в первичной профилактике заболеваний у школьников заключается в:
- а) пропаганде основных положений здорового образа жизни среди учеников;
 - б) выполнении требований школьной гигиены;
 - в) оказании первой медицинской помощи;
 - г) обучении методам оказания первой медицинской помощи.
17. Основная роль учителя во вторичной профилактике заболеваний у школьников заключается в:
- а) борьбе с курением, наркоманией;
 - б) борьбе с детским травматизмом;

- в) борьбе с гиподинамией;
- г) раннем выявлении заболеваний.

18. Основная роль учителя в третичной профилактике заболеваний у школьников заключается в:

- а) предупреждении влияния сквозняков на школьников, склонных к простудным заболеваниям;
- б) соблюдении гигиенических правил при работе с детьми с ослабленным зрением;
- в) контроле за переводом ослабленных болезнью детей в специальную медицинскую группу;
- г) обучении методам оказания первой медицинской помощи.

Модуль 2. Основы травматологии и реанимации (18 ч.)

Вид СРС: Выполнение индивидуальных заданий

1. Дать объяснение понятию «острый живот». Перечислить, что категорически нельзя делать при оказании первой помощи при остром животе.
 2. Объяснить, почему при укусе гадюки в руку или ногу категорически запрещается накладывать жгут.
 3. Назвать причины, лежащие в основе травматизма на уроках физической культуры.
 4. Выделить причины обычного обморока. Объяснить, чем обморок отличается от предобморочного состояния. Описать алгоритм оказания первой помощи при обмороке.
 5. Дать определение понятию «гипертонический криз». Описать алгоритм оказания первой помощи при гипертоническом кризе.
 6. Объяснить, какие действия нужно выполнить в первую очередь на месте происшествия.
 7. Проанализировать факторы, влияющие в большей степени на состояние здоровья и предложить план действий по устранению (уменьшению) негативных здоровьеразрушающих факторов.
 8. Провести сравнение между тепловым и солнечным ударами. Отметить последствия теплового и солнечного ударов у взрослых и детей.
 9. Назвать причины отравления съедобными грибами. Пояснить, чем опасен укус клеща.
 10. Пояснить, как проверить правильность наложения влажного согревающего компресса.
 11. Рассмотреть основные признаки заболеваний сердечно-сосудистой системы. Объяснить, в чем заключается первая помощь при приступе стенокардии, гипертоническом кризе и подозрении на инфаркт миокарда.
 12. Пояснить, в чем заключается неотложная помощь при отравлении угарным газом. Отметить признаки отравления никотином, табачным дымом у подростков и детей. Рассказать о мерах оказания неотложной помощи.
 13. Назвать основные меры предупреждения травм в образовательной организации. Охарактеризовать наиболее травмоопасные предметы обучения.
 14. Используя источники интернет составить конспект об основных направлениях в профилактике травм во время образовательной деятельности.
 15. Составить перечень мероприятий и видов деятельности при проведении профилактической работы по предупреждению детского травматизма в образовательной организации.
 16. Используя источники интернет составить конспект о мерах профилактики детского травматизма. Определить последовательность действий педагогических работников в экстренных случаях, связанных со здоровьем и учащихся и воспитанников в условиях отсутствия медицинского работника.
 17. Охарактеризовать причины и факторы травматизма воспитанников и обучающихся. Определить, в какой последовательности следует осматривать ребенка при его травмировании.
 18. Оформить словарь с пояснениями основных терминов, понятий и определений по оказанию первой помощи при неотложных состояниях различного характера.
 19. Дать объяснение понятию «острый живот», охарактеризовать симптомы и оказание неотложной помощи.
 20. Пояснить, что категорически запрещается делать при оказании доврачебной помощи пострадавшему от укуса гадюки.
 21. Используя источники интернет составить конспект о влиянии наркотических веществ на организм детей, подростков и юношей.
- Предложить мероприятия по уходу за больными на разных стадиях лихорадки (стадиях повышения температуры).

Вид СРС: Решение задач

Ситуационные задачи

1. В результате столкновения двух подростков, у одного из них началось обильное носовое кровотечение. Какова последовательность оказания первой помощи?
2. У человека в результате длительного лыжного похода при температуре минус 25°C возникло онемение стоп. Дома появились ломота, жгучие боли, отек в стопах. Объясните Ваши действия по оказанию доврачебной помощи?
3. Человек возвращался от места работы до дома пешком, при температуре воздуха на улице минус 28°C. Кончик носа и мочки ушей у человека стали бледными. Появилось ощущение онемения в данных областях. Объясните, что произошло. Каковы Ваши действия по оказанию доврачебной помощи?
4. Ребенок резко возбужден, движения его беспорядочны, он кричит. Кожные покровы бледные, пульс очень частый, зрачки расширены, периодически возникает рвота. Со слов других ребят, он ел какие-то ягоды. Чем вызвано отравление? Перечислите объем и очередность первой доврачебной медицинской помощи.
5. У человека в состоянии сильного алкогольного опьянения возникла рвота, во время которой он упал и потерял сознание. При осмотре: зрачки расширены, хорошо реагируют на свет. Дыхание редкое, поверхностное, пульс на лучевых артериях едва определяется, тоны сердца глухие. Чем объяснить такое состояние? Перечислите и опишите выполнение мероприятий первой доврачебной медицинской помощи.
6. На приусадебном участке человека ужалила пчела. Место укуса было обработано одеколоном. Однако через 10 минут состояние пострадавшего стало ухудшаться. Появился лающий кашель, осиплость голоса, одышка, выраженное затруднение дыхания, отек губ. Пострадавший почувствовал сильную головную боль, головокружение, возникла однократная рвота. О каком неотложном состоянии идет речь? Что, по Вашему мнению, стало причиной данного состояния? Как оказать первую доврачебную помощь? Обоснуйте свои ответы.
7. Во время занятий в учебной аудитории студентка почувствовала внезапную слабость, дурноту, боли в животе и стала медленно оседать на пол. При осмотре: лицо бледное, зрачки узкие с живой реакцией на свет, АД 90/60 мм рт. ст., пульс 84 в минуту, слабого наполнения. О каком неотложном состоянии идет речь? Как оказать первую доврачебную помощь? В чем, по Вашему мнению, может быть причина данного неотложного состояния?
8. У человека в возрасте 50 лет появились боли в области сердца, отдающие в левую руку. Ранее боли проходили после приема валидола, но в настоящее время не проходят. Кожные покровы обычной окраски; пульс 82–86 в минуту, удовлетворительного наполнения. Артериальное давление 160/90 мм рт. ст. Дыхание не учащенное. Какова причина такого состояния? Опишите мероприятия первой доврачебной помощи. Аргументируйте свои ответы.
9. Ребенок случайно наступил на ржавый гвоздь. Родители ранку обработали спиртовым раствором йода. Правильно ли поступили родители? Какие осложнения возможны в таком случае? Перечислите мероприятия первой доврачебной помощи в подобных случаях.
10. Во время загородной прогулки человека в голень укусила гадюка. Беспокоит сильная боль в месте укуса, отек ноги, головокружение слабость, одышка. При осмотре: левая голень резко отекая, синюшная, видны две маленькие ранки (следы укуса) из которых сочится кровь. Опишите мероприятия первой доврачебной помощи пострадавшему. Укажите меры профилактики укусов змей.
11. Человек упал навзничь, ударился затылком. Возникла кратковременная потеря сознания, однократная рвота. Появились жалобы на головную боль, головокружение, тошноту. При осмотре человек с трудом отвечает на вопросы, заторможен. Кожные покровы несколько бледны, пульс 68 ударов в минуту, ритмичный. Какой вид повреждений можно предположить в данном случае? Нуждается ли пострадавший в госпитализации? Опишите мероприятия первой доврачебной медицинской помощи таким пострадавшим.
12. Человек пролил на ноги кипяток. При осмотре кожа на обеих голених и стопах ярко-красная с образованием пузырей с прозрачным содержимым. Укажите, какая помощь должна быть оказана.
13. Во время лыжной прогулки у лыжника на щеке появилось белое пятно. Прикосновение пальцев он не ощущает. Что произошло? Какая первая доврачебная помощь должна быть оказана пострадавшему?
14. Вы обнаружили на улице человека без признаков жизни: сознание отсутствует, движения грудной клетки не видны, пульс на лучевой артерии не прощупывается. Как установить – жив

человек или умер?

15. В классе, где было душно, девочка побледнела, почувствовала тошноту, попросилась выйти, но, не успев сделать шага, упала, потеряв сознание. При осмотре: кожные покровы бледные, дыхание ровное, пульс 80 ударов в минуту, удовлетворительного наполнения. Что произошло? Какая первая доврачебная помощь должна быть оказана пострадавшей?

16. У человека внезапно появились давящие боли в области сердца, которые отдавались в левое плечо, левую лопатку, в левую половину нижней челюсти. Предположите, что произошло? Ваши действия по оказанию неотложной доврачебной помощи.

17. В автобусе внезапно стало плохо одному из пассажиров. Возникли сильные боли за грудиной, отдающие в левую руку и левую лопатку, чувство нехватки воздуха, головокружение, слабость. При осмотре: кожные покровы бледные, покрыты «холодным» потом, пульс 50–52 удара в минуту, слабого наполнения. Какова причина возникшего состояния? Перечислите мероприятия неотложной доврачебной помощи, которые могут быть проведены пострадавшему в автобусе.

18. После сильного волнения у человека возникло резкое головокружение, сильная головная боль, тошнота, рвота, мелькание мушек перед глазами, артериальное давление 210/120 мм. рт. ст. Что произошло? Каковы мероприятия по оказанию неотложной доврачебной помощи?

19. У человека, выполнявшего тяжелую физическую нагрузку в закрытом помещении в условиях повышенной температуры и повышенной влажности, отмечались сильная жажда, одышка, тахикардия, головокружение. Температура тела повысилась. Затемнение сознания перешло в полную его потерю. Что произошло? Каковы мероприятия неотложной доврачебной помощи.

20. При виде крови человек бледнел и терял сознание. Внешне кожные покровы бледные, конечности холодные. Пульс редкий, слабого наполнения. Что произошло? Каковы мероприятия неотложной доврачебной помощи.

7. Тематика курсовых работ(проектов)

Курсовые работы (проекты) по дисциплине не предусмотрены.

8. Оценочные средства для промежуточной аттестации

Компетенции и этапы формирования

Коды компетенций	Этапы формирования		
	Курс, семестр	Форма контроля	Модули (разделы) дисциплины
ОК-9	1 курс, Второй семестр	Зачет	Модуль 1: Понятия здоровья, болезни, здорового образа жизни.
ОК-9	1 курс, Второй семестр	Зачет	Модуль 2: Оказание первой медпомощи при неотложных состояниях.

Сведения об иных дисциплинах, участвующих в формировании данных компетенций: Компетенция ОК-9 формируется в процессе изучения дисциплин: Безопасность жизнедеятельности.

Показатели и критерии оценивания компетенций, шкалы оценивания

В рамках изучаемой дисциплины студент демонстрирует уровни овладения компетенциями:

Повышенный уровень:

знает и понимает теоретическое содержание дисциплины; творчески использует ресурсы (технологии, средства) для решения профессиональных задач; владеет навыками решения практических задач.

Базовый уровень:

знает и понимает теоретическое содержание; в достаточной степени сформированы умения применять на практике и переносить из одной научной области в другую теоретические знания; умения и навыки 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; имеет представление о проблемах, процессах, явлениях; знаком с терминологией, сущностью, характеристиками изучаемых явлений; демонстрирует практические умения применения знаний в конкретных ситуациях профессиональной деятельности.

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
	Экзамен (дифференцированный зачет)	
Повышенный	5 (отлично)	90 – 100%
Базовый	4 (хорошо)	76 – 89%
Пороговый	3 (удовлетворительно)	60 – 75%
Ниже порогового	2 (неудовлетворительно)	Ниже 60%

Критерии оценки знаний студентов по дисциплине

Оценка	Показатели
Зачтено	Студент знает: основополагающие принципы здорового образа жизни; основные антропометрические и функциональные показатели здоровья; основы первичной, вторичной и третичной профилактики заболеваний; здоровьесберегающие технологии образовательного процесса и способы их реализации; механизм заражения и пути распространения инфекционных заболеваний; основные проявления неотложных состояний (кровотечения, отравления, ожоги и т.д.); способы и приемы оказания первой медицинской помощи; Демонстрирует умение оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях и травмах; Владеет терминологией. 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: Понятия здоровья, болезни, здорового образа жизни

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

1. Соотнести понятия: пограничное состояние, переходное состояние, промежуточное состояние, третье состояние, напряжение механизмов адаптации, срыв адаптации.
2. Продемонстрировать технику проведения функциональных проб на выявление работоспособности отдельных систем организма.
3. Объяснить, как можно предупредить гипогликемическое состояние.

4. Дать различные дефиниции понятию «здоровье».
5. Объяснить суть местного и резорбтивного действия лекарственных средств на организм. Рассмотреть пути введения лекарственных средств (энтеральный и парентеральный). Отметить достоинства и недостатки введения лекарственных средств названными способами.

Модуль 2: Оказание первой медпомощи при неотложных состояниях

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

1. Выделить признаки патогенных и вирулентных микроорганизмов. Перечислить сходства и различия понятий инфекция и инфекционная болезнь. Назвать пути передачи инфекции.
2. Дать характеристику инфекционного и эпидемического процессов. Выделить три звена эпидемического процесса. Рассмотреть основные пути заражения инфекциями. Охарактеризовать этапы развития инфекционного процесса.
3. Дать определения понятиям: «инфекция», «инфекционный процесс», «инфекционная болезнь». Рассказать о возбудителях болезней, источниках инфекций, путях и способах передачи инфекции. Охарактеризовать основные периоды развития инфекционной болезни.
4. Охарактеризовать грибковые заболевания кожных покровов, чесотку, педикулез. Рассмотреть причины, пути заражения и меры профилактики.
5. Рассмотреть, как осуществляется профилактика инфекций в детских коллективах.
6. Дать понятие о дезинфекции, дезинсекции и дератизации, их назначении, средствах и методах. Рассказать о дезинфекционных средствах, порядке их применения при текущей дезинфекции.
7. Дать объяснение понятию "острый живот"
8. Выделить причины обычного обморока. Объяснить, чем обморок отличается от предобморочного состояния.
9. Дать определение понятию "болезнь"
10. Провести сравнение между тепловым и солнечным ударами. Привести алгоритм действия при данных ситуациях.

8.4 Вопросы промежуточной аттестации Второй семестр (Зачет, ОК-9)

1. Сформулировать понятие здоровья. Перечислить и охарактеризовать критерии и группы здоровья, показатели здоровья населения.
2. Дать понятие физического развития и функционального состояния организма как показателей здоровья. Охарактеризовать факторы, влияющие на них. Методы их оценки: соматоскопия, соматометрия, физиометрия.
3. Сформулировать понятие репродуктивного здоровья. Патология репродукции. Планирование семьи.
4. Дать определение болезни. Описать явления болезни: патологическая реакция, патологический процесс, патологическое состояние, ремиссия, рецидив, осложнение.
5. Рассмотреть понятия этиологии, патогенеза, симптомов заболевания. Рассказать о стадиях развития болезни, исходах болезни. Раскрыть механизмы выздоровления.
6. Сформулировать понятие о неинфекционных заболеваниях. Проблема распространения хронических неинфекционных заболеваний.
7. Рассмотреть первую помощь при патологии сердечно-сосудистой системы (ишемическая болезнь, сердечно-сосудистая недостаточность).
8. Раскрыть причины возникновения и дать характеристику заболеваниям сердечно-сосудистой системы: гипертоническая болезнь, атеросклероз.
9. Раскрыть причины возникновения и дать характеристику заболеваниям дыхательной системы: бронхиальная астма, бронхит, пневмония, плеврит.
10. Раскрыть причины возникновения и охарактеризовать заболевания пищеварительной системы: острый гастрит, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, острый панкреатит, острый холецистит.
11. Раскрыть причины возникновения и дать характеристику заболеваниям эндокринной системы: сахарный диабет, эндемический зоб.

12. Сформулировать понятия об инфекционной болезни и инфекционном процессе. Дать классификацию инфекционным заболеваниям.
13. Представить характеристику вирусных болезней, передающихся воздушно-капельным путем: ОРВИ, грипп. Меры их профилактики.
14. Описать признаки кишечных инфекций: дизентерия, сальмонеллез, вирусный гепатит, ботулизм. Меры их профилактики.
15. Раскрыть общие принципы профилактики инфекционных заболеваний: обезвреживание источника инфекции, разрыв путей передачи. Понятие о дезинфекции, дезинфекции, дератизации, их назначение, средства и методы.
16. Дать определение микробиологии как науке. Охарактеризовать патогенные и сапрофитные микроорганизмы. Раскрыть общие свойства патогенных микробов. Устойчивость микробов к факторам внешней среды. Классифицировать возбудителей заболеваний.
17. Раскрыть понятие об иммунитете. Назвать органы иммунной системы: центральные и периферические. Изложить механизм неспецифического иммунитета.
18. Раскрыть механизм клеточного иммунитета. Описать явление фагоцитоза.
19. Представить механизм специфического гуморального иммунитета. Дать понятие врожденного и приобретенного иммунитета.
20. Рассказать о средствах иммунопрофилактики: вакцины, сыворотки, анатоксины и иммуноглобулины. Охарактеризовать факторы, снижающие невосприимчивость населения к инфекциям.
21. Сформулировать понятие об эпидемиологическом процессе. Источники и пути передачи инфекции. Виды течения эпидемиологического процесса (спорадические заболевания, эпидемии, пандемии).
22. Охарактеризовать заболевания, передающиеся половым путем. Меры их профилактики.
23. Рассмотреть общие принципы ухода за больными. Лечебные мероприятия, применяемые при уходе за больными. Контроль за состоянием больного.
24. Сформулировать понятие лекарственной терапии как традиционного метода лечения и оздоровления. Понятие о лекарственных препаратах, их классификации. Виды лекарственной терапии.
25. Дать характеристику неотложных состояний. Перечислить виды медицинской помощи при неотложных состояниях. Назвать принципы оказания первой медицинской помощи.
26. Дать понятие десмургии. Виды и общая характеристика перевязочного материала.
27. Дать понятие о ранах. Рассмотреть виды раневой инфекции. Пути проникновения инфекции в рану. Понятие об асептике и антисептике.
28. Сформулировать понятие о кровотечении. Классифицировать кровотечения по времени возникновения, месту излияния, поврежденному сосуду. Дать понятие о временной и окончательной остановке кровотечения. Методы временной остановки. Правила наложения жгута.
29. Дать понятия о травме, травматизме. Виды травматизма, его причины. Основные этапы травматологической помощи.
30. Описать клинические признаки ушибов, особенности оказания первой медицинской помощи. Рассмотреть сотрясения и ушибы головного мозга: симптомы и меры неотложной помощи.
31. Дать понятие о травматическом вывихе, его признаках, мерах оказания первой помощи. Понятие о растяжении сумочно-связочного аппарата суставов: признаки, принципы оказания первой помощи.
32. Рассказать о переломах, их классификация и признаки. Дать понятие об иммобилизации, ее цели, правилах. Назвать средства транспортной иммобилизации.
33. Представить современную классификацию и деление ожогов на степени. Рассмотреть способы определения площади ожоговой поверхности. Описать клинические признаки термических, химических и радиационных ожогов. Первая помощь при ожогах различного происхождения.
34. Представить современную классификацию и деление ожогов на степени. Рассмотреть способы определения площади ожоговой поверхности. Описать клинические признаки термических, химических и радиационных ожогов. Первая помощь при ожогах различного происхождения.
35. Сформулировать понятие тепловой и солнечный удар. Рассмотреть первую помощь при тепловом и солнечном ударе.

36. Описать особенности оказания неотложной помощи при утоплении.
37. Охарактеризовать симптомы и признаки электротравм. Порядок оказания первой помощи.
38. Рассмотреть особенности оказания неотложной помощи при попадании инородного тела в дыхательные пути, пищевод.
39. Охарактеризовать признаки клинической и биологической смерти. Дать понятие реанимации.
40. Рассмотреть признаки отравления угарным газом, бытовым газом. Принципы оказания первой помощи.
41. Перечислить признаки отравления снотворными препаратами, алкоголем. Принципы оказания неотложной помощи.
42. Дать понятие о синдроме длительного сдавливания. Клинические признаки травматического токсикоза по периодам его течения. Первая помощь.
43. Дать характеристику ранам. Описать виды ран по характеру ранящего орудия, их клинические признаки, особенности заживления.
44. Охарактеризовать общие принципы оказания первой помощи при укусах пчел, змей и собак.
45. Описать технику проведения искусственной вентиляции легких, непрямого массажа сердца; особенности их проведения у детей.
46. Объяснить современный алгоритм проведения сердечно-легочной реанимации.
47. Охарактеризовать особенности неотложной помощи при сердечно-сосудистых заболеваниях.
48. Рассмотреть приемы оказания первой помощи при приступе стенокардии и при подозрении на инфаркт миокарда.
49. Рассмотреть приемы оказания первой помощи при гипертоническом кризе, при подозрении на инсульт.
50. Охарактеризовать особенности неотложной помощи при обмороке.
51. Объяснить последовательность оказания первой помощи при ожогах и обморожениях.
52. Объяснить последовательность оказания первой помощи при поражении электрическим током, молнией.
53. Объяснить последовательность оказания первой помощи при утоплении.
54. Охарактеризовать приемы оказания первой помощи при острых отравлениях: грибами, алкоголем, ядами пресмыкающихся и членистоногих.
55. Охарактеризовать и выделить отличия признаков различных видов кровотечения (артериального, венозного, капиллярного, смешанного).
56. Перечислить признаки и виды ран. Раскрыть особенности первой помощи при ранениях.
57. Выделить симптомы и раскрыть приемы оказания первой помощи при травмах головного мозга.
58. Рассмотреть виды детского травматизма. Отметить причины и выделить особенности некоторых видов травм у детей.
59. Объяснить пальпаторный способ исследования свойств пульса и методику измерения артериального давления.
60. Дать определение понятий «асептика» и «антисептика». Рассмотреть виды и способы обеззараживания; основные антисептические средства, их обязательные свойства.

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.

Устный ответ на экзамене.

При определении уровня достижений студентов на экзамене необходимо обращать особое внимание на следующее:

- дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;
- показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделить существенные и несущественные его признаки, причинно-следственные связи;
- знание об объекте демонстрируется на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;
- ответ формулируется в терминах науки, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию студента;
- теоретические постулаты подтверждаются примерами из практики.

Тесты

При определении уровня достижений студентов с помощью тестового контроля необходимо обращать особое внимание на следующее:

- оценивается полностью правильный ответ;
- преподавателем должна быть определена максимальная оценка за тест, включающий определенное количество вопросов;
- преподавателем может быть определена максимальная оценка за один вопрос теста;
- по вопросам, предусматривающим множественный выбор правильных ответов, оценка определяется исходя из максимальной оценки за один вопрос теста.

Письменная контрольная работа

Виды контрольных работ: аудиторные, домашние, текущие, экзаменационные, письменные, графические, практические, фронтальные, индивидуальные.

Система заданий письменных контрольных работ должна:

- выявлять знания студентов по определенной дисциплине (разделу дисциплины);
- выявлять понимание сущности изучаемых предметов и явлений, их закономерностей;
- выявлять умение самостоятельно делать выводы и обобщения;
- творчески использовать знания и навыки.

Требования к контрольной работе по тематическому содержанию соответствуют устному ответу.

Также контрольные работы могут включать перечень практических заданий.

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] / И.В. Гайворонский, Г.И. Ничипорук, А.И. Гайворонский, С.В. Виноградов ; под ред. И.В. Гайворонский. - 2-е изд., испр. и доп. – СПб : СпецЛит, 2013. - 303 с. – режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=104904>
2. Щанкин, А. А. Курс лекций по основам медицинских знаний и здорового образа жизни : учебное пособие [Электронный ресурс] / А.А. Щанкин. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. – 97 с. – режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362685>
3. Кувшинов, Ю.А. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебное пособие [Электронный ресурс] / Ю.А. Кувшинов. - Кемерово : КемГУКИ, 2013. – 183 с. – режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=275372>

Дополнительная литература

1. Белов, В.Г. Первая медицинская помощь / В.Г. Белов, З.Ф. Дудченко. – Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы, 2014. – 144 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277324> . – Библиогр.: с. 129-131. – ISBN 978-5-98238-048-7. – Текст : электронный.
2. Ваш семейный доктор: быстрая помощь в экстренных ситуациях :[12+] / сост. С.П. Кашин. – Москва : Издательство «Рипол-Классик», 2014. – 576 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362665>. – ISBN 978-5-386-07749-5. – Текст : электронный.
3. Общественное здоровье и здравоохранение : учебник : в 2-х ч. / под ред. И.А. Наумова. – Минск : Вышэйшая школа, 2013. – Ч. 1. – 336 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=235767>. – ISBN 978-985-06-2298-3. – Текст :

электронный.

4. Рубанович, В.Б. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебное пособие / В.Б. Рубанович, Р.И. Айзман, М.А. Суботялов. – 2-е изд., стер. – Новосибирск : Сибирское университетское издательство, 2010. – 224 с. : ил.,табл., схем. – (Университетская серия). – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=57603>. – ISBN 978-5-379-01630-2. – Текст : электронный.

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. [http:// www.sportmed.ru](http://www.sportmed.ru) - Российское общество врачей восстановительной медицины, медицинской реабилитации, курортологов и физиотерапевтов
2. <http://sportzal.com/post> - Здоровый образ жизни

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

1. Информационно-справочная система «Электронная библиотека диссертаций Российской государственной библиотеки» <http://diss.rsl.ru>
2. Информационная справочная система «Справочно-правовая система «Консультант+»»: <http://www.consultant.ru>
3. Информационная справочная система «Интернет-версия справочно-правовой системы "Гарант"» (информационно-правовой портал "Гарант.py"): <http://www.garant.ru>

12.3. Перечень современных профессиональных баз данных

1. Профессиональная база данных «Открытые данные Министерства образования и науки РФ» (<http://xn----8sbldzzacvuc0jbg.xn--80abucjiibhv9a.xn--p1ai/opendata/>)
2. Электронная библиотечная система Znanium.com(<http://znanium.com/>)
3. Единое окно доступа к образовательным ресурсам (<http://window.edu.ru>)

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 № 103.

Научно-практический центр физической культуры и здорового образа жизни.

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Наборы демонстрационного оборудования: автоматизированное рабочее место в составе (системный блок, монитор, клавиатура, мышь, гарнитура, web-камера), многофункциональное устройство, акустическая система (колонки, микрофон), сетевой фильтр.

Лабораторное оборудование:

Аппаратно-программный комплекс «Здоровье-экспресс»; программный модуль СКУС (система управления уровнем стресса); аппаратный комплекс «ПсихоТест»; аппарат для комплексной оценки функций дыхательной системы (спирометр компьютеризированный); приборы для антропометрических и физиометрических исследований (весы медицинские, тонометры, секундомеры, ростометр, спирометры, динамометры).

Учебно-наглядные пособия:

Презентации, тематические иллюстрации.

Помещение для самостоятельной работы № 101б.

Читальный зал электронных ресурсов.

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.