

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

Факультет физической культуры

Кафедра теории и методики физической культуры
и безопасности жизнедеятельности

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Основы медицинских знаний

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профиль подготовки: Спортивная тренировка в избранном виде спорта
Форма обучения: Очная

Разработчики:

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

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол
№ 8 от 19.03.2020 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;
- формирование способностей оценки физических способностей и функциональные состояния обучающихся;
- 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;
- овладение основных положений и принципов педагогики, методами педагогического контроля и контроля качества обучения, актуальными диагностическими технологиями.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина К.М.4 «Основы медицинских знаний» относится к обязательной части учебного плана.

Дисциплина изучается на 3 курсе, в 6 семестре.

Для изучения дисциплины требуется: Дисциплина К.М.03.02 «Основы медицинских знаний» изучается в составе модуля К.М.03 «Модуль здоровья и безопасности жизнедеятельности» и относится к обязательной части учебного плана / части, формируемой участниками образовательных отношений. Дисциплина изучается на 3 курсе, в 6 семестре. Для изучения дисциплины требуется знание школьного курса биологии и основ безопасности жизнедеятельности. Освоение дисциплины «Основы медицинских знаний» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин: безопасность жизнедеятельности; лечебная физическая культура и массаж; чрезвычайные ситуации социального характера и защита от них. Освоение данной дисциплины также необходимо для прохождения учебной и производственной практик, подготовки студентов к государственной итоговой аттестации. Области профессиональной деятельности и (или) сферы профессиональной деятельности, на которые ориентирует дисциплина «Основы медицинских знаний»: 01 Образование и наука (в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного образования).

Изучению дисциплины К.М.4 «Основы медицинских знаний» предшествует освоение дисциплин (практик):

К.М.1 Анатомия человека.

Освоение дисциплины К.М.4 «Основы медицинских знаний» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.16 Биомеханика двигательной деятельности.

Область профессиональной деятельности, на которую ориентирует дисциплина «Основы медицинских знаний», включает: 01 Образование и наука 05 Физическая культура и спорт.

Типы задач и задачи профессиональной деятельности, к которым готовится обучающийся, определены учебным планом.

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

Компетенция в соответствии ФГОС ВО	
Индикаторы достижения компетенций	Образовательные результаты
ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	
ОПК-7.1 Своевременно выявляет угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов и организует безопасное пространство для обучающихся, оперативно реагирует на нештатные ситуации и применяет верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.	знать: – методы выявления угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов и организации безопасного пространства для обучающихся ; – верные алгоритмы действий для устранения нештатных ситуаций. уметь: – своевременно выявлять угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для обучающихся; – оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения. владеть: – методами выявления угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов и организации безопасного пространства для обучающихся; – алгоритмами действий для устранения нештатных ситуаций.
ОПК-7.2 Анализирует причины возникновения спортивного травматизма и заболеваний, осуществляет профилактические мероприятия, оказывает первую доврачебную помощь.	знать: – причины возникновения спортивного травматизма и заболеваний, осуществлять профилактические мероприятия, оказывать первую доврачебную помощь; уметь: – анализировать причины возникновения спортивного травматизма и заболеваний, осуществлять профилактические мероприятия, оказывать первую доврачебную помощь; владеть: – знаниями и методами профилактики спортивного травматизма и заболеваний, осуществлять профилактические мероприятия, владеть методами первой доврачебной помощи.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Шестой семестр
Контактная работа (всего)	48	48
Лекции	24	24
Практические	24	24
Самостоятельная работа (всего)	42	42
Виды промежуточной аттестации	54	54
экзамен	54	54
Общая трудоемкость часы	144	144
Общая трудоемкость зачетные единицы	4	4

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание модулей дисциплины

Раздел 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. Здоровьесберегающая функция учебно-воспитательного процесса. Совместная деятельность школы и семьи в формировании здоровья и здорового образа жизни учащихся.

Раздел 2. Неотложные состояния и первая помощь при них.

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 (24 ч.)

Раздел 1. Основные показатели здоровья. (12 ч.)

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

Структура и содержание здоровья. Признаки общественного и индивидуального здоровья. Факторы, определяющие здоровье населения (наследственность, физическая активность, питание, психорегуляция, экология). Мотивация здоровья. Этапы его формирования.

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 2. Формирование мотивации к здоровому образу жизни. (2 ч.)

Пути формирования здорового образа жизни у детей и подростков.

Объективные и субъективные факторы, формирующие образ жизни как способ жизнедеятельности людей. Понятие здорового образа жизни, его компоненты. Медико-социальная проблема вредных привычек и пристрастий. Предрасполагающие факторы развития алкоголизма, токсикомании, наркомании.

Тема 4. Школьные болезни (2 ч.)

Группа болезней, называемых «школьные»: 1) малокровие (анемия, снижение количества гемоглобина за счет плохого питания, гиповитаминозов и др. причин), 2) нарушение осанки, сколиоз, 3) близорукость (снижение остроты зрения), нервно-психические расстройства.

Понятие здорового образа жизни, его компоненты. Медико-социальная проблема вредных привычек и пристрастий у школьников. Предрасполагающие факторы развития алкоголизма, токсикомании, наркомании в детском возрасте. Роль учителя в формировании здорового образа жизни и профилактике вредных привычек у детей и подростков. Детский травматизм, основные причины его развития. Необходимость профилактики школьного травматизма на уроках по физической культуре.

Тема 4. Понятие о здоровье и болезни (2 ч.)

Понятие о болезни. Болезнь как процесс превращения нормального состояния в патологическое, связанный с реактивно-детерминированными изменениями степени компенсаторно-приспособительной саморегуляции живых систем. Характер течения болезни: острое, подострое и хроническое. Понятие об этиологии и патогенезе. Периоды течения болезни: латентный, продромальный, период развернутого течения и период завершения болезни. Понятие о факторах риска здоровья. Влияние антропогенных факторов на уровень общей заболеваемости, возникновение, развитие и распространенность хронических неинфекционных заболеваний. Значение проведения профилактических мероприятий для охраны здоровья населения. Основные принципы профилактики инфекционных заболеваний. Дезинфекция, дезинсекция, дератизация, их средства и методы.

Тема 5. Основы иммунологии. Значение иммунитета для сохранения здоровья человека (2 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.

Тема 6. Медицинский контроль за детьми разных возрастных групп (2 ч.)

Морфофункциональные характеристики возрастных особенностей школьников. Определение биологического возраста детей и подростков и соответствие его паспортному. Феномен акселерации. Основы организации медицинского контроля за школьниками разных возрастных групп, его задачи.

Раздел 2. Оказание первой помощи при неотложных состояниях (12 ч.)

Тема 7. Основы иммунологии. Значение иммунитета для сохранения здоровья человека (2 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.

Тема 8. Медицинский контроль за детьми разных возрастных групп (2 ч.)

Морфофункциональные характеристики возрастных особенностей школьников. Определение биологического возраста детей и подростков и соответствие его паспортному. Феномен акселерации. Основы организации медицинского контроля за школьниками разных возрастных групп, его задачи.

Тема 9. Оказание первой помощи при открытых и закрытых повреждениях (2 ч.)

Порядок оказания первой помощи при открытых и закрытых переломах. Понятие о лечебной и транспортной иммобилизации. Виды транспортных шин и подручные средства иммобилизации. Способы иммобилизации при переломах в зависимости от их вида и локализации. Клиническая характеристика и классификация переломов. Понятие о первичном и вторичном заживлении при срастании отломков

Тема 10. Первая помощь при неотложных сердечно-сосудистых состояниях (2 ч.)

Морфофункциональные особенности 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 сердечно-сосудистой системы к физическим нагрузкам. Клинические синдромы и характеристика основных заболеваний сердечно-сосудистой системы (ишемическая болезнь сердца, пороки сердца, гипертоническая и гипотоническая болезни, нарушения ритма сердца, тромбоэмболии, острая и хроническая недостаточность кровообращения).

Тема 11. 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»

Тема 12. Общие признаки инфекционных заболеваний и их классификация (2 ч.)

Основные принципы профилактики инфекционных заболеваний. Обезвреживание источников инфекции. Разрыв звеньев эпидемического процесса. Понятие о карантине и обсервации. Понятие о дезинфекции, дезинсекции и дератизации, их назначении, средствах и методах. Виды дезинфекции: профилактическая, очаговая, текущая, заключительная. Методы дезинфекции: физические и химические. Дезинфекционные средства, порядок их применения при текущей дезинфекции. Повышение невосприимчивости населения к

инфекциям. Методы неспецифического воздействия на организм, повышающие его защитные функции (закаливание, занятия физической культурой, баня и сауна, массаж и др.). Факторы, снижающие резистентность (устойчивость) организма к инфекциям (переутомление, стресс, переохлаждение, нерациональное питание, радиационное облучение и др.). Вакцинация населения. Активная и пассивная иммунизация. Профилактика и лечение инфекционных заболеваний при помощи сывороток. Показания и противопоказания к проведению прививок.

5.3. Содержание дисциплины: Практические (24 ч.)

Раздел 1. Основные показатели здоровья (12 ч.)

Тема 1. Оказание первой помощи при открытых и закрытых повреждениях (2 ч.)

Порядок оказания первой помощи при открытых и закрытых переломах. Понятие о лечебной и транспортной иммобилизации. Виды транспортных шин и подручные средства иммобилизации. Способы иммобилизации при переломах в зависимости от их вида и локализации. Клиническая характеристика и классификация переломов. Понятие о первичном и вторичном заживлении при срастании отломков

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

Морфофункциональные особенности 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 сердечно-сосудистой системы к физическим нагрузкам. Клинические синдромы и характеристика основных заболеваний сердечно-сосудистой системы (ишемическая болезнь сердца, пороки сердца, гипертоническая и гипотоническая болезни, нарушения ритма сердца, тромбоэмболии, острая и хроническая недостаточность кровообращения).

Тема 3. 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 вентилиционной функции легких. Проверка проходимости дыхательных путей. Методика «искусственного дыхания»

Тема 4. Принципы организации первой помощи при неотложных состояниях (2 ч.)

Понятие «неотложные состояния», классификация и виды. Понятие о первой медицинской помощи, три группы мероприятий первой помощи. Основные задачи, диагностика и приемы оказания первой медицинской помощи. Общие принципы оказания первой медицинской помощи. Принцип «золотого часа». Основы первичной реанимации. Алгоритм оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях.

Тема 5. Приемы оказания первой помощи при воздействии на организм неблагоприятных факторов внешней среды (2 ч.)

Перегревание, факторы, способствующие его развитию. Основные проявления, оказание первой помощи. Тепловой удар: причины и условия возникновения, признаки, оказание неотложной помощи. Солнечный удар: причины и условия возникновения, признаки, оказание неотложной помощи. Тепловой и солнечный удар у детей. Осложнения теплового и солнечного удара у детей и взрослых. Профилактика. Холодовая травма, ее виды. Основные проявления переохлаждения (гипотермии), отморожения, оказание первой помощи. Виды ожогов, их признаки. Правило ладони. Ожог верхних дыхательных путей, основные проявления. Оказание первой помощи.

Тема 6. Первая медицинская помощь при ожогах, обморожениях, электротравмах¶ (2 ч.)

Первая медицинская помощь при ожогах, обморожениях, электротравмах. Современная классификация и деление ожогов на степени. Признаки термических, химических и радиационных ожогов. Основные клинико-физиологические проявления ожоговой болезни. Ожоговый шок. Особенности оказания первой медицинской помощи при ожогах различного происхождения. Характеристика отморожений. Степени отморожений в зависимости от глубины поражения тканей. Первая помощь при локальном и общем воздействии на организм низких температур. Действие электрического тока на организм. Общие и местные симптомы электротравм. Характерные признаки электроожогов. Порядок оказания первой медицинской помощи пострадавшему при поражении электрическим током.

Раздел 2. Оказание первой медпомощи при неотложных состояниях (12 ч.)

Тема 7. Экстренная помощь при острых психоневрологических¶ состояниях ¶ (2 ч.)

Характеристика неврозоподобных состояний, неврозов и психических расстройств. Особенности оказания неотложной помощи больным с нарушениями психической деятельности. Основные принципы фиксации и транспортировки больных с психоневрологическими нарушениями. Неотложная помощь при судорожном синдроме. Побочные эффекты и осложнения психо-фармакотерапии.

Тема 8. Школьные болезни, причины их возникновения и профилактика (2 ч.)

Понятие «школьные болезни», причины и факторы их вызывающие. Факторы риска в общеобразовательных учреждениях. Характеристика наиболее распространенных школьных болезней: близорукость, гастриты, неврозы, сколиозы. Понятие о первичной, вторичной и третичной профилактике болезней. Роль учителя в первичной и вторичной профилактике школьных болезней.

Тема 9. Приемы оказания первой помощи при неотложных состояниях, вызванных воздействием физических факторов (2 ч.)

Понятия «кровотечение», «острая кровопотеря». Опасная для жизни кровопотеря, смертельная кровопотеря, осложнения острой кровопотери. Признаки различных видов наружного кровотечения (артериального, венозного, капиллярного, смешанного). Способы временной остановки наружного кровотечения: пальцевое прижатие артерии, наложение жгута, максимальное сгибание конечности в суставе, наложение давящей повязки, прямое давление на рану. Оказание первой помощи при носовом кровотечении. Понятие о дисмургии. Особенности наложения повязок при различных травмах

Тема 10. Острые отравления и первая помощь при них (2 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.

Тема 11. Реанимация (2 ч.)

Понятие о реанимации. Показания к проведению реанимационных меро-приятий. Техника выполнения искусственной вентиляции легких и закрытого массажа сердца. Продолжительность осуществления реанимационных мероприятий и критерии правильности их проведения.

Тема 12. Общий уход за больными (2 ч.)

Трактовка понятия «уход за больными» в повседневной жизни и в медицине, его значение. Термометрия и ее способы. Физиологические колебания температуры тела. Лихорадка и ее виды. Особенности ухода за лихорадящими больными. Методы воздействия на кровообращение. Применение холодных и согревающих компрессов, горчичников, грелок. Лекарственные средства. Способы введения лекарственных средств. Уход за больными с сердечно-сосудистыми заболеваниями. Исследование свойств пульса пальпаторным способом. Измерение артериального давления. Уход за больными с диспепсическими расстройствами. Методика применения (закапывания) глазных, ушных, носовых капель.

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

6.1 Вопросы и задания для самостоятельной работы

Шестой семестр (42 ч.)

Раздел 1. Основные показатели здоровья. (21 ч.)

Вид СРС: *Выполнение индивидуальных заданий

Вопросы:

1. Дать различные дефиниции понятию «здоровье».
2. Рассмотреть факторы, разрушающие, укрепляющие и сохраняющие здоровье.
3. Объяснить суть понятий «абсолютно здоровый человек» и «практически здоровый человек».
4. Соотнести понятия: пограничное состояние, переходное состояние, промежуточное состояние, третье состояние, напряжение механизмов адаптации, срыв адаптации.
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.

Вид СРС: *Выполнение компетентностно-ориентированных заданий

1. Составить конспект по теме «Основные факторы, связанные с образом жизни, способствующие развитию сердечно-сосудистых заболеваний».
2. Используя источники интернет составить конспект о профилактике инфекционных заболеваний в детских коллективах.
3. С опорой на источники литературы составить информационное сообщение о профилактике невротозов у детей школьного возраста.

Вид СРС: *Подготовка к тестированию

Тестовые задания

Подготовлено в системе 1С:Университет (000020346)

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.

Раздел 2. Оказание первой медицинской помощи при неотложных состояниях (21 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. Провести сравнение между тепловым и солнечным ударами. Отметить последствия теплового и солнечного ударов у взрослых и детей.
6. Назвать причины отравления съедобными грибами.
7. Пояснить, чем опасен укус клеща.
8. Пояснить, как проверить правильность наложения влажного согревающего компресса.

Вид СРС: *Выполнение компетентностно-ориентированных заданий

1. Оформить словарь с пояснениями основных терминов, понятий и определений по оказанию первой помощи при неотложных состояниях различного характера.
2. Используя источники интернет составить конспект о влиянии наркотических веществ на организм детей, подростков и юношей.
3. Предложить мероприятия по уходу за больными на разных стадиях лихорадки (стадиях повышения температуры).

Вид СРС: *Решение ситуационных 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 °С 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

Подготовлено в системе 1С:Университет (000020346)

на улице минус 28 °С. 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 неучащенное. 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

8.1. Компетенции и этапы формирования

№ п/п	Оценочные средства	Компетенции, этапы их формирования
1	Модуль здоровья и безопасности жизнедеятельности	ОПК-7.
2	Предметно-методический модуль	ОПК-7.
3	Предметно-технологический модуль	ОПК-7.

8.2. Показатели и критерии оценивания компетенций, шкалы оценивания

Шкала, критерии оценивания и уровень сформированности компетенции			
2 (не зачтено) ниже порогового	3 (зачтено) пороговый	4 (зачтено) базовый	5 (зачтено) повышенный
ОПК-7 Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь			

ОПК-7.1 Своевременно выявляет угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов и организует безопасное пространство для обучающихся, оперативно реагирует на нештатные ситуации и применяет верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.

Не способен Своевременно выявляет угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов и организует безопасное пространство для обучающихся, оперативно реагирует на нештатные ситуации и применяет верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.	В целом успешно, но бессистемно Своевременно выявляет угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов и организует безопасное пространство для обучающихся, оперативно реагирует на нештатные ситуации и применяет верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.	В целом успешно, но с отдельными недочетами Своевременно выявляет угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов и организует безопасное пространство для обучающихся, оперативно реагирует на нештатные ситуации и применяет верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.	Способен в полном объеме Своевременно выявляет угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов и организует безопасное пространство для обучающихся, оперативно реагирует на нештатные ситуации и применяет верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.
---	---	---	--

ОПК-7.2 Анализирует причины возникновения спортивного травматизма и заболеваний, осуществляет профилактические мероприятия, оказывает первую доврачебную помощь.

Не способен Анализирует причины возникновения спортивного травматизма и заболеваний, осуществляет профилактические мероприятия, оказывает первую доврачебную помощь.	В целом успешно, но бессистемно Анализирует причины возникновения спортивного травматизма и заболеваний, осуществляет профилактические мероприятия, оказывает первую доврачебную помощь.	В целом успешно, но с отдельными недочетами Анализирует причины возникновения спортивного травматизма и заболеваний, осуществляет профилактические мероприятия, оказывает первую доврачебную помощь.	Способен в полном объеме Анализирует причины возникновения спортивного травматизма и заболеваний, осуществляет профилактические мероприятия, оказывает первую доврачебную помощь.
---	---	---	--

Уровень сформированности компетенции	Шкала оценивания для промежуточной аттестации	Шкала оценивания по БРС
	Экзамен	
Повышенный	5 (отлично)	90 – 100%
Базовый	4 (хорошо)	76 – 89%
Пороговый	3 (удовлетворительно)	60 – 75%
Ниже порогового	2 (неудовлетворительно)	Ниже 60%

8.3. Вопросы промежуточной аттестации

Подготовлено в системе 1С:Университет (000020346)

Шестой семестр (Экзамен, ОПК-7.1, ОПК-7.2)

1. Объясните, в чем заключается актуальность проблемы здоровья учащихся
2. Назовите факторы учебно-воспитательного процесса в школе, которые способны повысить или снизить риск развития у школьников заболеваний
3. Перечислите наиболее распространенные физиометрические показатели
4. Назовите пути передачи инфекции
5. Опишите последовательность проведения транспортной иммобилизации при поврежден плечевого пояса
6. Определите показатели индивидуального здоровья.
7. Объясните, в чем заключается актуальность проблемы здоровья учащихся.
8. Перечислите причины, которые тормозят валеологизацию школьного образования.
9. Опишите порядок измерения антропометрических показателей.
10. Перечислите наиболее распространенные физиометрические показатели.
11. Объясните, как проводится исследование и оценка гармоничности, пропорциональности физического развития и крепости телосложения по методу индексов.
12. Объясните, каким образом проводится оценка состояния вегетативной нервной системы
13. Перечислите функциональные пробы, применяемые для оценки состояния систем дыхания.
14. Назовите признаки патогенных и вирулентных микроорганизмов.
15. Сформулируйте определение понятия иммунитет.
16. Объясните, с какой целью осуществляется проверка проходимости дыхательных путей в ходе проведения реанимации.
17. Опишите порядок проведения реанимации при остановке дыхания.
18. Опишите порядок оказания первой медицинской помощи при наружном кровотечении.
19. Опишите порядок оказания первой медицинской помощи при попадании инородного тела в дыхательные пути.
20. Опишите последовательность проведения транспортной иммобилизации при повреждении плечевого пояса.
21. Раскройте понятие о реанимации. Показания к проведению реанимационных мероприятий. Приемы оживления организма.
22. Сформулируйте и раскройте понятие об открытых повреждениях, характеристика ран. Причины ранения. Признаки ран: боль, кровоподтек, зияние краев раны
23. Перечислите факторы, которые препятствуют оказанию первой медицинской помощи в месте происшествия.
24. Перечислите особенности костно-суставной системы у детей
25. Сформулируйте определение понятия терминальные состояния.
26. Перечислите сходства и различия понятий инфекция и инфекционная болезнь.¶Назовите пути передачи инфекции.¶
27. Перечислите способы наружного применения лекарственных средств.¶ Назовите методы введения лекарств, с помощью инъекций.¶
28. Перечислите виды перевязочного материала.¶Перечислите типы бинтовых повязок¶.
29. Опишите последовательность проведения транспортной иммобилизации при повреждении плечевого пояса.
30. Сформулируйте обоснование актуальности проблемы детской наркомании и токсикомании
31. Перечислите способы, которыми можно контролировать вес.
32. Перечислите методы, которыми можно контролировать стресс.

33. Объясните назначение медицинских осмотров.
34. Перечислите причины, которые тормозят валеологизацию школьного образования.
35. Перечислите элементы, которые включает в себя понятие школьная среда.
36. Объясните, как проводится исследование и оценка гармоничности, пропорциональности физического развития и крепости телосложения по методу индексов
37. Объясните, каким образом проводится оценка состояния вегетативной нервной системы
38. Объясните, каким образом осуществляется подбор мебели в соответствии с ростом и пропорциями тела
39. Объясните, как следует проводить профилактику инфекционных болезней
40. Сформулируйте определение понятия иммунитет
41. Сформулируйте определение понятия терминальные состояния
42. Перечислите признаки терминальных состояний
43. Объясните, с какой целью осуществляется проверка проходимости дыхательных путей в ходе проведения реанимации
44. Опишите порядок проведения реанимации при остановке дыхания
45. Перечислите неотложные сердечнососудистые состояния
46. Перечислите способы наружного применения лекарственных средств.
47. Перечислите виды перевязочного материала
48. Опишите порядок оказания первой медицинской помощи при наружном кровотечении
49. Перечислите средства транспортной иммобилизации
50. Опишите последовательность проведения транспортной иммобилизации при повреждении плечевого пояса
51. Опишите порядок оказания первой медицинской помощи при попадании инородного тела в дыхательные пути
52. Перечислите функциональные пробы, применяемые для оценки состояния системы дыхания
53. Перечислите показатели, которые характеризуют состояние рабочего места.
54. Сформулируйте определение понятия «школьные» болезни.
55. Перечислите заболевания пищеварительной и дыхательной систем встречаются в детском возрасте
56. Назовите признаки патогенных и вирулентных микроорганизмов
57. Перечислите сходства и различия понятий инфекция и инфекционная болезнь.
58. Перечислите вопросы, которые изучает эпидемиология.
59. Перечислите виды дезинфекции
60. Перечислите факторы, которые препятствуют оказанию первой медицинской помощи на месте происшествия.

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

Промежуточная аттестация проводится в форме экзамена.

Экзамен по дисциплине или ее части имеет цель оценить сформированность общекультурных, профессиональных и специальных компетенций, теоретическую подготовку студента, его способность к творческому мышлению, приобретенные им 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.

Подготовлено в системе 1С:Университет (000020346)

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.

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 опроса) 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. Тестирование
- При определении уровня достижений студентов с помощью тестового контроля ответ считается правильным, если:
- в тестовом задании закрытой формы с выбором ответа выбран правильный ответ;
 - по вопросам, предусматривающим множественный выбор правильных ответов, выбраны все правильные ответы;
 - в тестовом задании открытой формы дан правильный ответ;
 - в тестовом задании на установление правильной последовательности установлена правильная последовательность;
 - в тестовом задании на установление соответствия сопоставление произведено верно для всех пар.

При оценивании учитывается вес вопроса (максимальное количество баллов за правильный ответ устанавливается преподавателем в зависимости от сложности вопроса). Количество баллов за тест устанавливается посредством определения процентного соотношения набранного количества баллов к максимальному количеству баллов.

Критерии оценки

До 60% правильных ответов – оценка «неудовлетворительно».

От 60 до 75% правильных ответов – оценка «удовлетворительно».

От 75 до 90% правильных ответов – оценка «хорошо».

Свыше 90% правильных ответов – оценка «отлично».

Вопросы и задания для устного опроса

При определении уровня достижений студентов при устном ответе 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.

Оценка за опрос определяется простым суммированием баллов:

Критерии оценки ответа

Правильность ответа – 1 балл.

Всесторонность и глубина (полнота) ответа – 1 балл.

Наличие выводов – 1 балл.

Соблюдение норм литературной речи – 1 балл.

Владение профессиональной лексикой – 1 балл.

Итого: 5 баллов.

Практические задания

При определении уровня достижений студентов при выполнении практического задания необходимо обращать особое внимание на следующее:

- задание выполнено правильно;
- показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделить существенные и несущественные его признаки, причинно-следственные связи;
- умение работать с объектом задания 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;
- выполнение задания теоретически обосновано.

Оценка за опрос определяется простым суммированием баллов:

Критерии оценки ответа

Правильность выполнения задания – 1 балл.

Всесторонность и глубина (полнота) выполнения – 1 балл.

Наличие выводов – 1 балл.

Соблюдение норм литературной речи – 1 балл.

Владение профессиональной лексикой – 1 балл.

Итого: 5 баллов.

9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

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: учеб. пособие для вузов /

Подготовлено в системе 1С:Университет (000020346)

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: учеб.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,

Подготовлено в системе 1С:Университет (000020346)

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/>)
- 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.

Научно-практический центр физической культуры и здорового образа жизни, № 103.

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

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

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, ростомер, спирометры, динамометры).

Учебно-наглядные пособия:

Презентации, тематические иллюстрации.

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа,

Подготовлено в системе 1С:Университет (000020346)

групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), № 302..

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

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

Учебно-наглядные пособия:

Презентации.