

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ПЕНЗЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИСТОРИКО-ФИЛОЛОГИЧЕСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ

УТВЕРЖДАЮ
Декан историко-филологического
факультета



О.В.Ягов

« _____ » 2016 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.1.14 ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Направление подготовки **44.03.05 Педагогическое образование**

Профиль подготовки **Немецкий язык. Французский язык**

Квалификация (степень) выпускника **Бакалавр**

Форма обучения **очная**

Пенза – 2016

1. Цели освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» является формирование систематизированных знаний, умений и навыков в области основ медицины, обеспечения охраны жизни, сохранения здоровья человека, формирования ценностного отношения к здоровому образу жизни.

Задачи изучаемой дисциплины:

- формирование четких представлений о здоровье и здоровом образе жизни;
- систематизация знаний студентов о возрастных особенностях детей;
- формирование системы знаний, умений и профилактики болезней и первой помощи при несчастных случаях и травмах; причинных заболеваний, признаках, по которым можно выявить заболевание, мерах предупреждающих болезни и несчастные случаи.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП бакалавриата

Дисциплина «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» относится к вариативной части Блока 1 "Дисциплины (модули)".

Для освоения дисциплины обучающиеся используют знания, умения, сформированные в ходе изучения дисциплин «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» и «Безопасность жизнедеятельности».

Изучение данной дисциплины является необходимой основой для формирования индивидуального здорового образа жизни человека и здоровья учащихся.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать основные принципы и медико-гигиенические аспекты здорового образа жизни; принципы оказания первой медицинской помощи при несчастных случаях и травмах, общие принципы и социальные факторы профилактики болезней, уметь распознавать признаки нарушения здоровья, тяжесть состояния пострадавшего, применять санитарное законодательство.

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению:

Коды компетенции	Наименование компетенции	Структурные элементы компетенции (в результате освоения дисциплины обучающийся должен знать, уметь, владеть)
1	2	3
ОК-9	способностью использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	<i>Знать:</i> приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций;
		<i>Уметь:</i> использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций; анализировать свою деятельность и применять методы эмоциональной и когнитивной регуляции.
		<i>Владеть:</i> приемами первой помощи, методами защиты в условиях чрезвычайных ситуаций; навыками

		рефлексии своей профессиональной деятельности и саморегуляции.
ОПК-6	готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся	<i>Знать:</i> возрастные аспекты и основные закономерности развития человека в целом, роль среды и наследственности в развитии организма человека и его адаптационные возможности; понятие здоровья, критерии здоровья, группы здоровья; понятие о работоспособности и утомлении, меры профилактики утомления, физиологические механизмы закаливания.
		<i>Уметь:</i> оценивать уровень физического развития и тип телосложения на основе антропометрических исследований; снимать утомление при его появлении, сохранять оптимальную работоспособность
		<i>Владеть:</i> мерами профилактики нарушений физического развития и повышения адаптационных резервов организма

4. Структура и содержание дисциплины «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»

4.1. Структура дисциплины «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 часа.

№ п/п	Наименование разделов и тем дисциплины	Семестр	Недели семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)								Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра)			
				Аудиторная работа			Самостоятельная работа								
				Всего	Лекция	Практические занятия	Всего	Подготовка к аудиторным занятиям	Подготовка к контрольной работе	Подготовка доклада (презентации), реферата	Подготовка к тесту	Доклад (презентация)	тест	контрольная работа	Реферат с презентацией
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1.	Раздел 1. Введение. Здоровый образ жизни	2	1-2	4	2	2	4	2		1	1				
2.	Тема 1.1. Сущность и понятие «здоровье» Тема 1.2. Концепция здорового образа жизни	2	1	2	2		1	1							
3.	Тема 1.3. Вредные привычки	2	2	2		2	3	1		1	1	2	2		
4.	Раздел 2. Инфекционные болезни	2	3-6	10	4	6	5	4			1				
5.	Тема 2.1. Основы микробиологии, эпидемиологии, иммунологии. Тема 2.2. Кишечные инфекции. Тема 2.3. Инфекции дыхательных путей.	2	3	4	2	2	1	1							

6.	Тема 2.4 Детские инфекции	2	4	2		2	1	1						
7.	Тема 2.5 Болезни, передающиеся половым путем	2	5	2	2		1	1						
8.	Тема 2.6. Особо опасные инфекции Тема 2.7. Кровяные инфекции	2	6	2		2	2	1		1		6		
9.	Раздел 3. Неотложные состояния и первая медицинская помощь при болезнях внутренних органов	2	7-12	12	6	6	11	5	2	3	1			
10.	Тема 3.1. Основы доврачебной помощи и методы исследования	2	7	4	2	2	2	1		1		7		
11.	Тема 3.2. Основные принципы лекарственной помощи	2	8	2		2	2	1		1		8		
12.	Тема 3.3. Болезни органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Тема 3.4. Аллергические реакции и заболевания	2	9	2	2		3	1	2				9	
13.	Тема 3.5. Болезни органов пищеварения и эндокринной системы. Тема 3.6. Болезни мочеполовой системы. Тема 3.7. Острые отравления	2	10-11	2		2	2	1		1		11		
14.	Тема 3.8. Нервно-психические расстройства	2	12	2	2		2	1		1		12		
15.	Раздел 4. Основы доврачебной помощи при травмах и несчастных случаях	2	13-16	8	4	4	7	4		2	1			
16.	Тема 4.1. Асептика и антисептика. Десмургия.	2	13	2		2	2	1		1		13		
17.	Тема 4.2. Закрытые повреждения. Травматический шок, синдром длительного сдавливания.	2	14	2	2		1	1						
18.	Тема 4.3. Открытые повреждения. Хирургическая инфекция. Кровотечения.	2	15	2		2	2	1		1		15		
19.	Тема 4.4. Термические повреждения. Тема 4.5. Терминальные состояния. Реанимация	2	16	2	2		2	1			1		16	

20.	Раздел 5. Сохранение и укрепления здоровья детей	2	17-18	2	2		9	1		8				
21.	Тема 5.1. Сохранение и укрепления здоровья детей	2	17-18	2	2		9	1		8		17		18
	Общая трудоемкость, в часах			36	18	18	36	16	2	14	4	Промежуточная аттестация		
												Форма	Семестр	
												Зачет	2	

4.2. Содержание дисциплины

Раздел 1. Введение. Здоровый образ жизни

Тема 1.1. Сущность и понятие «здоровье»

Здоровье по определению ВОЗ. Понятие психического, психологического и эмоционального здоровья. Духовно-нравственное здоровье. Классификация факторов здоровья.

Механизмы сохранения здоровья (биологическая и социальная адаптация, саморегуляция). Здоровье - болезнь.

Факторы риска здоровью (генетический, окружающая среда, медицинское обеспечение, условия и образ жизни).

Медико-демографические показатели здоровья общества: рождаемость, смертность. Структура заболеваемости населения в экономически развитых странах. Государственная политика в области охраны здоровья населения: санитарно-эпидемиологическое благополучие. Диспансеризация. Инвалидность.

Тема 1.2. Концепция здорового образа жизни

Понятия: «образ жизни», «здоровый образ жизни». Содержание и пути формирования здорового образа жизни. Факторы, сохраняющие и укрепляющие здоровье: рациональное питание (культура и принципы питания, нетрадиционные системы питания), особенности рационального питания детей; двигательная активность как профилактика гиподинамии, оптимальный двигательный режим; закаливание (принципы и виды закаливания); рациональный режим жизни; гигиена как фактор сохранения здоровья; психогигиена — позитивное отношение к жизни, личностный адаптационный потенциал.

Факторы, разрушающие здоровье: употребление алкоголя, наркотиков, табакокурение, инфекционные заболевания.

Тема 1.3. Вредные привычки

Алкоголизм. Факторы, провоцирующие злоупотребление алкоголем. Подростковый пивной алкоголизм. Развитие зависимости. Виды зависимости: психическая, физическая. Развитие толерантности. Деградация личности. Развитие заболевания органов и систем. Острое отравление алкоголем.

Наркомания. Мотивы употребления наркотиков в подростковой и молодежной среде. Механизм развития химической зависимости. Признаки употребления наркотиков у подростков.

Классификация наркотических веществ: психодепрессанты, психостимуляторы, галлюциногены. Патологические состояния и заболевания, связанные с употреблением психоактивных веществ. Основные принципы восстановления от химической зависимости.

Табакокурение. Формы употребления табака. Токсические вещества, выделяющиеся при горении табака. Табак как наркотическое средство. Заболевания, развивающиеся при курении. Курение женщины. Пассивное курение. Способы отказа от курения.

Раздел 2. Инфекционные болезни

Тема 2.1. Основы микробиологии, эпидемиологии, иммунологии

Понятие «микробиология». Виды патогенных микроорганизмов. Эпидемиология как наука о закономерностях возникновения и распространения инфекционных заболеваний. Эпидемический процесс, его основные факторы и закономерности.

Иммунитет. Неспецифические и специфические факторы защиты. Виды иммунитета.

Методы создания искусственного иммунитета - иммунизация населения.
Понятие «инфекционный процесс». Классификация инфекционных заболеваний.
Профилактические и противоэпидемические мероприятия.
Санитарное законодательство: основные положения.

Тема 2.2. Кишечные инфекции

Кишечные инфекции: дизентерия, сальмонеллез, пищевые токсикоинфекции, ботулизм, вирусный гепатит. Возбудители, источники инфекции, пути передачи, основные симптомы болезни. Осложнения. Профилактика. Особенности течения заболевания у детей.

Тема 2.3. Инфекции дыхательных путей

Инфекции дыхательных путей: ОРВИ, грипп, ангина. Возбудители, источники инфекции, пути передачи, основные симптомы болезни. Осложнения. Профилактика. Птичий грипп: эпидемиология, симптомы, профилактика.

Туберкулез: общие сведения о туберкулезе, основные методы выявления туберкулезного заболевания. Основные клинические формы (туберкулиновая интоксикация у детей, подростков, туберкулез органов дыхания, туберкулез других органов и систем). Факторы, отягчающие течение заболевания, осложнения, профилактика.

Тема 2.4. Детские инфекции

Детские инфекции: корь, ветряная оспа, скарлатина, коклюш, дифтерия. Общая характеристика детских инфекций. Особенности инфекционного процесса и иммунитета у детей. Основные симптомы заболеваний. Осложнения. Диета, режим. Профилактика инфекции в детском коллективе.

Тема 2.5. Болезни, передающиеся половым путем

Болезни, передающиеся половым путем: синдром приобретенного иммунодефицита (СПИД); контингенты риска; возбудитель; пути передачи; течение заболевания и исход. Особенности течения СПИДа у детей. Сифилис, гонорея: возбудители, пути передачи, периоды течения сифилиса. Течение гонореи у мужчин, женщин: осложнения, профилактика.

Тема 2.6. Особо опасные инфекции

Особо опасные инфекции. Бактериологический очаг особо опасных инфекционных заболеваний: чума, холера, натуральная оспа. Возбудители и источники инфекции, пути передачи, основные симптомы заболеваний. Средства защиты от бактериологического оружия. Карантин, обсервация, изоляция больных.

Тема 2.7. Кровяные инфекции

Кровяные инфекции: клещевой энцефалит, малярия, сыпной тиф. Возбудители, источники инфекции, особенности путей передачи, основные симптомы заболеваний, осложнения. Профилактика педикулеза в детских коллективах. Бешенство: эпидемиологические симптомы, профилактика.

Раздел 3. Неотложные состояния и первая медицинская помощь при болезнях внутренних органов

Тема 3.1. Основы доврачебной помощи и методы исследования

Понятие о болезни: причины, развитие, признаки, синдромы. Внешние и внутренние факторы, способствующие возникновению и развитию заболеваний. Периоды болезни, течение болезни, исходы болезни. Неинфекционные заболевания (классификация).

Понятие «неотложное состояние», причины возникновения неотложных состояний, цель и сроки оказания неотложной помощи.

Основные физиологические параметры, позволяющие оценить состояние тяжести больного или пострадавшего. Методы и правила измерения артериального давления, пульса, определение дыхания, частоты дыхательных движений.

Виды температурной реакции (субфебрильная, гипертермия, гиперпиретическая температурная реакция). Способы измерения температуры тела.

Состояния сознания: ступорозное, сопорозное, коматозное.

Тема 3.2. Основные принципы лекарственной помощи

Основные принципы лекарственной помощи. Виды действия и формы лекарственных веществ. Реакция организма на введение лекарственных средств (привыкание, лекарственная зависимость, кумуляция, сенсбилизация). Патогенные и токсические эффекты применения лекарств (аллергические реакции, идиосинкразия, тератогенное действие) и меры их профилактики. Принципы дозирования и пути введения лекарств в организм. Понятие «стерильность». Техника введения внутримышечных и подкожных инъекций. Домашняя аптечка как средство первой медицинской помощи.

Тема 3.3. Болезни органов дыхания и сердечно-сосудистой системы

Болезни органов дыхания: острый бронхит, острая пневмония, острый и хронический тонзиллит, острый ларингит; этиология, клинические симптомы, осложнения, профилактика.

Заболевания сердечно-сосудистой системы. Ишемическая болезнь сердца: факторы риска, течение, формы ишемической болезни. Основные клинические симптомы острой и хронической коронарной недостаточности. Мероприятия неотложной помощи.

Гипертоническая болезнь: факторы риска и стадии развития заболевания, осложнения. Гипертонический криз: причины и симптомы, неотложная помощь.

Острая сосудистая недостаточность: обморок, коллапс; основные симптомы, неотложная помощь.

Тема 3.4. Аллергические реакции и заболевания

Аллергические реакции и заболевания: понятие «аллергия», «аллерген». Виды аллергических реакций. Анафилактический шок, отек Квинке: основные симптомы, неотложная помощь. Бронхиальная астма: причины, признаки, неотложная помощь при приступе бронхиальной астмы.

Тема 3.5. Болезни органов пищеварения и эндокринной системы

Болезни органов пищеварения и эндокринной системы: жалобы и признаки при заболеваниях органов пищеварения. Острый гастрит, язвенная болезнь желудка и 12-перстной кишки, желудочно-кишечные кровотечения: признаки, причины, неотложная помощь. Уход за больными.

Острый холецистит, желчно-каменная болезнь, печеночная колика: неотложная помощь. Сахарный диабет: диабетическая и гипогликемическая комы; основные симптомы, осложнения, неотложная помощь.

Тема 3.6. Болезни мочеполовой системы

Болезни мочеполовой системы: острый цистит, острый пиелонефрит, почечно-каменная болезнь, почечная колика; симптомы, неотложная помощь.

Тема 3.7. Острые отравления

Отравления грибами: условно съедобные и ядовитые грибы. Основные симптомы отравления бледной поганкой, мухомором: неотложная помощь.

Укусы насекомых, животных. Разновидность действия ядов насекомых и животных на организм. Основные симптомы, возникающие при укусах пчел, скорпиона, тарантула, гадюки; осложнения; оказание неотложной помощи.

Тема 3.8. Нервно-психические расстройства.

Нервно-психические расстройства. Типы высшей нервной деятельности и учет их при осуществлении индивидуального подхода в воспитании и обучении. Признаки функциональных нарушений нервной системы. Понятие о неврозах, виды неврозов, признаки, профилактика. Реактивные, травматические и интоксикационные психозы. Эпилепсия, эпилептический припадок: основные признаки, неотложная помощь.

Раздел 4. Основы доврачебной помощи при травмах и несчастных случаях

Тема 4.1. Введение. Асептика и антисептика. Десмургия

Понятие «травма». Виды травм. Детский травматизм. Особенности течения травм у детей. Профилактика детского травматизма. Основные принципы организации первой медицинской помощи детскому и взрослому населению.

Асептика и антисептика как система профилактики и борьбы с инфекцией. Виды антисептики. Способы асептики. Понятие о хирургической инфекции. Виды раневой инфекции.

Понятие «десмургия». Общие правила наложения повязок. перевязочный материал. Разновидности повязок (косыночные, бинтовые на различные части тела) Перевязочный медицинский пакет, техника его вскрытия, наложение повязки.

Тема 4.2. Закрытые повреждения. Травматический шок, синдром длительного сдавливания

Понятие о закрытых повреждениях. Виды и симптомы закрытых повреждений (ушибы, вывихи, растяжения связок, закрытый перелом костей), неотложная помощь. Сотрясение, ушиб, сдавливание мозга: признаки, осложнения, неотложная помощь при закрытых и открытых черепно-мозговых травмах. Транспортная иммобилизация, правила наложения шин. Иммобилизация и транспортировка при переломах позвоночника, таза, ребер.

Травматический шок: стадии и тяжесть течения травматического шока, принципы неотложной помощи.

Синдром длительного сдавливания: механизм развития, симптомы, осложнения, неотложная помощь.

Тема 4.3. Открытые повреждения. Хирургическая инфекция. Кровотечения

Открытые повреждения (раны): классификация ран. Основные симптомы и осложнения.

Местная гнойная инфекция: фурункул, карбункул, панариций, абсцесс, флегмона. Особенности очаговой инфекции у детей. Столбняк, газовая гангрена: ранние признаки, профилактика.

Кровотечения: классификация по виду повреждения сосуда и от объема циркулирующей крови. Симптомы кровопотери. Способы временной и окончательной остановки кровотечения.

Тема 4.4. Термические повреждения

Термические повреждения (ожоги): виды и степени ожогов. Понятие об ожоговом шоке и ожоговой болезни. Особенности ожогов при пожарах в закрытых помещениях. Неотложная помощь при ожогах.

Отморожения: степени отморожения. Общее замерзание. Неотложная помощь. Профилактика термических повреждений в детских коллективах.

Тема 4.5. Терминальные состояния. Реанимация

Терминальные состояния, понятие о терминальном состоянии: клиническая, биологическая смерть. Этапы и признаки смерти. Электротравма: симптомы поражения электротоком. Осложнения, неотложная помощь. Утопление: виды утоплений, основные симптомы утопления в пресной и соленой воде. Крио шок. Принципы оказания неотложной помощи.

Тепловой и солнечный удар: симптомы, осложнения, неотложная помощь.

Инородные тела дыхательных путей, глаз, ушей: основные симптомы, осложнения, неотложная помощь. Профилактика попадания инородных предметов у детей.

Принципы реанимации. Особенности реанимации у детей.

Раздел 5. Сохранение и укрепление здоровья детей

Тема 5.1. Сохранение и укрепление здоровья детей

Этапы возрастного развития. Физическое развитие — важнейший показатель состояния здоровья детей. Группы здоровья.

Состояние здоровья современных школьников. Принципы сохранения и укрепления здоровья детей в педагогических системах. Мониторинги уровня здоровья и развития учащихся, и состояние образовательной среды. Компетентный подход к образованию в области здоровья и здорового образа жизни. Технологии обучения в области здоровья и здорового образа жизни.

5. Образовательные технологии

В ходе освоения дисциплины при проведении аудиторных занятий используются образовательные технологии, предусматривающие такие методы и формы изучения материала как лекция, практическое занятие, включающие, в том числе активные и интерактивные формы занятий:

- лекция-визуализация (Тема 1.3. «Вредные привычки», тема 4.5. «Терминальные состояния. Реанимация»);

- лекция проблемного характера (Тема 1.2. «Концепция здорового образа жизни»; тема 1.3. «Вредные привычки»);

- работа в парах (практические занятия тема 3.1. «Основы доврачебной помощи»; тема 4.1. «Асептика и антисептика. Десмургия»);

- работа в малых группах (практические занятия тема 4.1. «Асептика и антисептика. Десмургия»; тема 3.2. «Основные принципы лекарственной помощи»; тема 4.3. «Закрытые повреждения»; тема 4.4. «Открытые повреждения»; тема 4.5. «Терминальные состояния. Реанимация»).

Самостоятельная работа студентов подразумевает работу под руководством преподавателя (консультации, помощь в написании рефератов и др.) и индивидуальную работу студента.

При реализации образовательных технологий используются следующие виды самостоятельных работ:

- работа с конспектом лекции (обработка текста);
- повторная работа над учебным материалом учебника;
- выполнение тестовых заданий;
- выполнение контрольной работы;
- подготовка к практическому занятию;
- подготовка реферата и доклада по нему;
- поиск информации в сети «Интернет» и литературе;
- подготовка к сдаче зачета.

В целях реализации индивидуального подхода к обучению студентов, осуществляющих учебный процесс по собственной траектории в рамках индивидуального рабочего плана, изучение данной дисциплины базируется на следующих возможностях: обеспечение внеаудиторной работы со студентами, в том числе в электронной образовательной среде с использованием соответствующего программного оборудования, дистанционных форм обучения, возможностей интернет-ресурсов, индивидуальных консультаций и т.д.

**6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов.
Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины
«Основы медицинских знаний и здорового образа жизни».**

6.1. План самостоятельной работы студентов

Неделя	Тема	Вид самостоятельной работы	Задание и рекомендуемая литература	Кол-во часов
1	Тема 1.1. Сущность и понятие «здоровье». Тема 1.2. Концепция здорового образа жизни.	Подготовка к аудиторной работе	Изучите по рекомендуемой литературе данную тему и ответьте на следующие вопросы: 1. Что такое здоровье по определению ВОЗ. 2. Понятие психического, психологического и эмоционального здоровья. Духовно-нравственное здоровье. Классификация факторов здоровья. 3. Механизмы сохранения здоровья. 4. Факторы риска здоровью. 5. Медико-демографические показатели здоровья общества. Понятия: «образ жизни», «здоровый образ жизни». 6. Факторы, сохраняющие и укрепляющие здоровье. 7. Факторы, разрушающие здоровье. Литература: а) 3, б) 2	1
2	Тема 1.3. Вредные привычки.	Подготовка к аудиторной работе Подготовка к тесту Подготовка доклада (презентации)	Изучите по рекомендуемой литературе данную тему и ответьте на следующие вопросы: 1. Алкоголизм как медико-социальная проблема. Факторы, провоцирующие злоупотребление алкоголем. 2. Понятие «наркомания». Мотивы употребления наркотиков в подростковой и молодежной среде. 3. Признаки употребления наркотиков у подростков. 4. Классификация наркотических веществ 5. Табакокурение. Формы	3

			употребления табака. 6. Заболевания, развивающиеся при курении. Литература: а) 2, б) 2,3	
3	Тема 2.1. Основы микробиологии, эпидемиологии, иммунологии. Тема 2.2 Кишечные инфекции. Тема 2.3. Инфекции дыхательных путей.	Подготовка аудиторной работе	Изучите по рекомендуемой литературе данную тему и ответьте на следующие вопросы: 1. Понятие «микробиология». Виды патогенных микроорганизмов. 2. Эпидемиология как наука о закономерностях возникновения и распространения инфекционных заболеваний. 3. Иммунитет. Неспецифические и специфические факторы защиты. Виды иммунитета. 4. Классификация инфекционных заболеваний. 5. Профилактические и противоэпидемические мероприятия. 6. Кишечные инфекции. Возбудители, источники инфекции, пути передачи, основные симптомы болезни. Осложнения. Профилактика. 7. Инфекции дыхательных путей. Возбудители, источники инфекции, пути передачи, основные симптомы болезни. Осложнения. Профилактика. Литература: а) 2, б) 1,3	1
4	Тема 2.4 Детские инфекции	Подготовка аудиторной работе	Изучите по рекомендуемой литературе данную тему и ответьте на следующие вопросы: 1. Детские инфекции. 2. Общая характеристика детских инфекций. 3. Особенности инфекционного процесса и иммунитета у детей. 4. Профилактика инфекции в детском коллективе. Литература: а) 1,2, б) 2,3	1
5	Тема 2.5 Болезни, передающиеся половым путем	Подготовка аудиторной работе	Изучите по рекомендуемой литературе данную тему и ответьте на следующие вопросы: 1. Болезни, передающиеся половым путем.	1

			<p>2. Пути передачи; течение заболевания, исход, осложнения, профилактика.</p> <p>3. Особенности течения СПИДа у детей.</p> <p>Литература: а) 2,3, б) 2,3</p>	
6	<p>Тема 2.6. Особо опасные инфекции</p> <p>Тема 2.7. Кровяные инфекции</p>	<p>Подготовка аудиторной работе</p> <p>Подготовка к тесту</p>	<p>Изучите по рекомендуемой литературе данную тему и ответьте на следующие вопросы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Особо опасные инфекции. 2. Бактериологический очаг особо опасных инфекционных заболеваний. 3. Возбудители и источники инфекции, пути передачи, основные симптомы заболеваний. 4. Средства защиты от бактериологического оружия. 5. Карантин, обсервация, изоляция больных. 6. Кровяные инфекции. 7. Возбудители, источники инфекции, особенности путей передачи, основные симптомы заболеваний, осложнения. <p>Литература: а) 1,2, б) 1,2,3</p>	2
7	<p>Тема 3.1. Основы доврачебной помощи и методы исследования.</p>	<p>Подготовка аудиторной работе</p> <p>Подготовка доклада (презентации)</p>	<p>Изучите по рекомендуемой литературе данную тему и ответьте на следующие вопросы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Понятие о болезни: причины, развитие, признаки, синдромы. 2. Внешние и внутренние факторы, способствующие возникновению и развитию заболеваний. 3. Периоды болезни, течение болезни, исходы болезни. 4. Неинфекционные заболевания (классификация). 5. Понятие «неотложное состояние», причины, цель и сроки оказания неотложной помощи. 6. Основные физиологические параметры, позволяющие оценить состояние тяжести больного или пострадавшего. 7. Методы и правила измерения артериального давления, пульса, определение дыхания, частоты дыхательных движений. 8. Виды температурной реакции. Способы измерения температуры тела. 	2

			Литература: а) 2, б) 2,3	
8	Тема 3.2. Основные принципы лекарственной помощи.	Подготовка аудиторной работе Подготовка доклада (презентации)	Изучите по рекомендуемой литературе данную тему и ответьте на следующие вопросы: 1. Основные принципы лекарственной помощи. 2. Виды действия и формы лекарственных веществ. 3. Реакция организма на введение лекарственных средств. 4. Патогенные и токсические эффекты применения лекарственных меры их профилактики. 5. Принципы дозирования и пути введения лекарств в организм. Понятие «стерильность». Техника введения внутримышечных и подкожных инъекций. 6. Домашняя аптечка как средство первой медицинской помощи. Литература: а) 1,2, б) 2,3	2
9	Тема 3.3. Болезни органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Тема 3.4. Аллергические реакции и заболевания	Подготовка аудиторной работе Подготовка контрольной работе	Изучите по рекомендуемой литературе данную тему и ответьте на следующие вопросы: 1. Болезни органов дыхания: этиология, клинические симптомы, осложнения, профилактика. 2. Заболевания сердечно-сосудистой системы. Мероприятия неотложной помощи. 3. Аллергические реакции и заболевания: понятие «аллергия», «аллерген». Виды аллергических реакций. 4. Бронхиальная астма: причины, признаки, неотложная помощь. Литература: а) 2,3 б) 1,2,3	3
10-11	Тема 3.5. Болезни органов пищеварения и эндокринной системы. Тема 3.6. Болезни мочеполовой системы. Тема 3.7. Острые отравления	Подготовка аудиторной работе Подготовка доклада (презентации)	Изучите по рекомендуемой литературе данную тему и ответьте на следующие вопросы: 1. Болезни органов пищеварения: жалобы, признаки, причины, неотложная помощь, уход за больными. 2. Болезни эндокринной системы. Сахарный диабет: основные симптомы, осложнения, неотложная помощь. 3. Болезни мочеполовой системы: симптомы, неотложная помощь. 4. Отравления грибами: основные симптомы, неотложная помощь.	2

			5. Укусы насекомых, животных. Основные симптомы, возникающие при укусах, осложнения; оказание неотложной помощи. Литература: а) 2, 3, б) 2,3	
12	Тема 3.8. Нервно-психические расстройства	Подготовка к аудиторной работе Подготовка к тесту	Изучите по рекомендуемой литературе данную тему и ответьте на следующие вопросы: 1. Нервно-психические расстройства. 2. Признаки функциональных нарушений нервной системы. 3. Понятие о неврозах, виды неврозов, признаки, профилактика. 4. Реактивные, травматические и интоксикационные психозы. 5. Эпилепсия, эпилептический припадок: основные признаки, неотложная помощь. Литература: а) 1,2, б) 1,2,3	2
13	Тема 4.1. Асептика, антисептика. Десмургия.	Подготовка к аудиторной работе Подготовка доклада (презентации)	Изучите по рекомендуемой литературе данную тему и ответьте на следующие вопросы: 1. Понятие «травма». Виды травм. Детский травматизм. Особенности течения травм у детей. 2. Профилактика детского травматизма. 3. Основные принципы организации первой медицинской помощи. 4. Асептика и антисептика как система профилактики и борьбы с инфекцией. Виды антисептики. Способы асептики. 5. Понятие «десмургия». 6. Общие правила наложения повязок. перевязочный материал. Разновидности повязок. Перевязочный медицинский пакет, техника его вскрытия, наложение повязки. Литература: а) 2,3 б) 2,3	2
14	Тема 4.2. Закрытые повреждения. Травматический шок, синдром длительного сдавливания.	Подготовка к аудиторной работе	Изучите по рекомендуемой литературе данную тему и ответьте на следующие вопросы: 1. Понятие о закрытых повреждениях. 2. Виды и симптомы закрытых повреждений, неотложная помощь. 3. Транспортная иммобилизация, правила наложения шин.	1

				4. Иммобилизация и транспортировка при переломах позвоночника, таза, ребер. Литература: а) 2,3, б) 2,3	
15	Тема 4.3. Открытые повреждения. Хирургическая инфекция. Кровотечения.	4.3.	Подготовка аудиторной работе Подготовка доклада (презентации)	Изучите по рекомендуемой литературе данную тему и ответьте на следующие вопросы: 1. Открытые повреждения (раны), классификация ран. Основные симптомы и осложнения. Местная гнойная инфекция. 2. Кровотечения: классификация по виду повреждения сосуда и от объема циркулирующей крови. Симптомы кровопотери. Способы временной и окончательной остановки кровотечения. Литература: а) 2, б) 2,3	2
16	Тема 4.4. Термические повреждения. Тема 4.5. Терминальные состояния. Реанимация.	4.4. 4.5.	Подготовка аудиторной работе Подготовка тесту	Изучите по рекомендуемой литературе данную тему и ответьте на следующие вопросы: 1. Термические повреждения (ожоги), виды и степени ожогов. Неотложная помощь при ожогах. 2. Отморожения: степени отморожения. Общее замерзание. Неотложная помощь. Профилактика. 3. Терминальные состояния, понятие о терминальном состоянии: клиническая, биологическая смерть. 4. Электротравма: симптомы поражения электротоком. Осложнения, неотложная помощь. 5. Утопление: виды утоплений, основные симптомы утопления в пресной и соленой воде. Крио шок. 6. Принципы оказания неотложной помощи. 7. Тепловой и солнечный удар: симптомы, осложнения, неотложная помощь. 8. Инородные тела дыхательных путей, глаз, ушей: основные симптомы, осложнения, неотложная помощь. Профилактика. 9. Принципы реанимации. Особенности реанимации у детей. Литература: а) 2,3, б) 2,3	2

17-18	Тема Сохранение и укрепление здоровья детей	5.1.	Подготовка и аудиторной работе Написание реферата	Изучите по рекомендуемой литературе данную тему и ответьте на следующие вопросы: 1. Этапы возрастного развития. 2. Физическое развитие — важнейший показатель состояния здоровья детей. Группы здоровья. Принципы сохранения и укрепления здоровья детей в педагогических системах. 3. Состояние здоровья современных школьников. 4. Компетентный подход к образованию в области здоровья и здорового образа жизни. 5. Технологии обучения в области здоровья и здорового образа жизни. 6. Правовые и законодательные акты, обеспечивающие социальную защиту и охрану здоровья детей. Литература: а) 1,2,3, б) 2,3	9
-------	--	------	--	---	---

6.2. Методические указания к самостоятельной работе студентов

Выполнение тестовых заданий. Перед началом выполнения тестов следует внимательно изучить теоретический материал, порешать задачи по данной теме и ответить на вопросы, имеющиеся в учебнике. Выполняя тесты, следует иметь в виду, что они бывают следующих типов:

1. Выбор правильного ответа из числа предложенных. В этих тестах необходимо выбрать один правильный ответ из числа предложенных.

2. Множественный выбор (без метки). Необходимо выбрать все правильные ответы из числа предложенных.

3. Тесты сличения. В этих тестах к ряду вопросов нужно подобрать правильный ответ из числа предложенных.

4. Тесты ранжировки. В этом случае необходимо расположить ответы в правильном порядке.

5. Закрытые тесты. Здесь варианты ответа не предлагаются, свой ответ необходимо вписать в поле ответа.

Подготовка реферата и доклада по нему с компьютерной презентацией. Реферат – письменная работы объемом 10-18 печатных страниц, выполняемая студентом в течение длительного срока (около месяца). Реферат – краткое точное изложение сущности какого-либо вопроса, темы на основе нескольких первоисточников. Реферат должен содержать основные фактические сведения и выводы по рассматриваемому вопросу. Помимо реферирования прочитанной литературы, от студента требуется аргументированное изложение собственных мыслей по рассматриваемому вопросу.

Подготовка доклада с презентацией. Доклад – это устное сообщение, которое может быть проиллюстрировано презентацией.

Доклад (устное сообщение) представляет собой краткое (5-7 мин) изложение сути выполненной работы, может сопровождаться компьютерной презентацией. Последняя должна включать не более 7-15 слайдов.

Создание текста доклада. Текст доклада, сообщения должен раскрывать тему, обладать связностью и цельностью.

При оценивании учитывается научный уровень, степень освещенности вопросов

рассматриваемой темы, языковая грамотность, творческий подход к подготовке докладов, сообщений.

Контрольная работа. Контрольная работа – это промежуточный этап контроля с целью выявления уровня остаточных знаний. Контрольной работой считается запланированная преподавателем проверка знаний преимущественно в письменной форме. Это метод определения существующих знаний студента, который представляет собой ряд ответов в письменном виде, предоставленных на определенные вопросы из теоретической части содержания одной или нескольких тем дисциплины.

6.3. Материалы для проведения текущего и промежуточного контроля знаний

№ п/п	Вид контроля	Контролируемые разделы (темы) программы	Компетенции, компоненты которых контролируются
1.	Контрольная работа	Раздел 1. Введение. Здоровый образ жизни. Раздел 2. Инфекционные болезни. Раздел 3. Неотложные состояния и первая медицинская помощь при болезнях внутренних органов	ОК-9, ОПК-6
2.	Тест № 1	Раздел 1. Введение. Здоровый образ жизни.	ОК-9, ОПК-6
3.	Тест № 2	Раздел 2. Инфекционные болезни.	ОК-9, ОПК-6
4.	Тест № 3	Раздел 3. Неотложные состояния и первая медицинская помощь при болезнях внутренних органов	ОК-9, ОПК-6
5.	Тест № 4	Раздел 4. Основы доврачебной помощи при травмах и несчастных случаях.	ОК-9, ОПК-6
6.	Реферат	Раздел 1. Введение. Здоровый образ жизни. Раздел 2. Раздел 2. Инфекционные болезни. Раздел 3. Неотложные состояния и первая медицинская помощь при болезнях внутренних органов Раздел 4. Основы доврачебной помощи при травмах и несчастных случаях. Раздел 5. Сохранение и укрепления здоровья детей	ОК-9, ОПК-6
7.	Доклад (презентация)	Раздел 1. Введение. Здоровый образ жизни. Раздел 2. Раздел 2. Инфекционные болезни. Раздел 3. Неотложные состояния и первая медицинская помощь при болезнях внутренних органов Раздел 4. Основы доврачебной помощи при травмах и несчастных случаях. Раздел 5. Сохранение и укрепления здоровья детей	ОК-9, ОПК-6
8.	Зачет	Раздел 1. Введение. Здоровый образ жизни. Раздел 2. Раздел 2. Инфекционные болезни. Раздел 3. Неотложные состояния и первая медицинская помощь при болезнях внутренних органов Раздел 4. Основы доврачебной помощи при травмах и несчастных случаях. Раздел 5. Сохранение и укрепления здоровья детей	ОК-9, ОПК-6

Демонстрационный вариант контрольной работы

Работая на компьютере, оператор замкнул провода электрического прибора. В помещении возник очаг пожара, оператор начал тушить горящий прибор. У пострадавшего на кистях и предплечьях обеих рук множественные гиперемированные

участки кожи с пузырьками, наполненными прозрачной жидкостью. Общее состояние удовлетворительное. Пульс – 100 ударов в минуту.

Ваши действия.

Демонстрационный вариант теста

1. Если углеводов потребляется больше чем нужно для удовлетворения энергетических потребностей организма, их избыток:
 - а. выводится наружу;
 - б. превращается в жир и запасается;
 - в. идет на образование мышечной ткани;
 - г. превращается в белок.

2. Из приведенных пищевых продуктов больше всего целлюлозы и других пищевых волокон содержат:
 - а. мясо и молочные продукты;
 - б. цельные зерна злаков;
 - в. фруктовые соки;
 - г. рафинированные сахара.

3. Присутствие в диете пищевых волокон в первую очередь:
 - а. способствует нормальной деятельности толстого кишечника;
 - б. увеличивает уровень кальция в организма;
 - в. увеличивает запасы калорий;
 - г. снижает уровень глюкозы в крови.

4. Аминокислот больше всего содержат:
 - а. животные продукты;
 - б. растительные продукты;
 - в. орехи;
 - г. зерна злаков.

5. Аминокислоты, которые не могут синтезироваться в организме, называют:
 - а. незаменимыми;
 - б. заменимыми;
 - в. полноценными;
 - г. неполноценными.

6. Белки синтезируются из:
 - а. простых сахаров;
 - б. жирных кислот и глицерина;
 - в. крахмала;
 - г. аминокислот.

7. Витамины группы В:
 - а. растворяются в воде;
 - б. способствуют свертыванию крови;
 - в. растворяются в жирах;
 - г. способствуют всасыванию кальция.

8. Ниацин:
 - а. называется также витамином С;
 - б. в большом количестве содержится в мясе, домашней птице и рыбе;

- в. растворим в жирах;
- г. все приведенные выше утверждения неверны.

9. С утилизацией кальция в организме наиболее тесно связан:

- а. витамин А;
- б. витамин D;
- в. витамин К;
- г. фосфор.

10. Самым богатым пищевым источником хлора являются:

- а. мясо и цельные зерна злаков;
- б. поваренная соль;
- в. овощи, у которых в пищу используются зеленые листья;
- г. питьевая вода.

Демонстрационный перечень тем докладов (презентация)

Раздел 1. Введение. Здоровый образ жизни.

1. Вредные привычки как факторы риска заболеваний.
2. Злоупотребление алкоголем и алкоголизм.
3. Употребление наркотиков и одурманивающих веществ.
4. Особенности течения беременности и родов.
5. Репродуктивное здоровье.
6. Профилактика гинекологических заболеваний.
7. Здоровье и образование. Охрана здоровья детей дошкольного и школьного возраста
8. Профилактика нарушений осанки и зрения.
9. Психолого-педагогические основы психотерапии и ее методы.
10. Психологический климат, индивидуальная и школьная психогигиена.

Демонстрационный перечень тем рефератов.

1. Профилактика психо-эмоционального перенапряжения.
2. Режим физической нагрузки для работника умственного труда.
3. Способы профилактики нарушений зрения.
4. Как повысить свой иммунитет?
5. Грипп, ОРЗ - средства профилактики и лечения.
6. Закаливание организма как средство укрепления здоровья.
7. Режим дня студента.
8. Значение биоритмов для рациональной организации образа жизни.
9. Уход за кожей лица - современные системы.
10. Принципы рационального питания.
11. Вегетарианство.
12. Современные диеты с точки зрения диетологии.
13. Голодание как способ сохранения здоровья.
14. Питьевой режим, вода, чай, кофе.
15. Здоровый сон.

Демонстрационный перечень вопросов к зачету.

1. Основные понятия: здоровье, здоровый образ жизни.
2. Социальные аспекты здоровья и здорового образа жизни. Факторы, определяющие здоровье.

3. Компоненты здорового образа жизни.
4. Субъективные и объективные факторы ЗОЖ. Культура здоровья.
5. Возрастные закономерности формирования здоровья человека.
6. Основные законы роста и развития: гетерохронизм, системогенез, правило скелетных мышц.
7. Условия раннего онтогенеза. Критические периоды развития.
8. Паспортный и биологический возраст. Понятие об акселератах и ретардантах.
9. Возрастно-половой аспект обеспечения здоровья.
10. Критерии оценки показателей здоровья.
11. Основы физического, психического и социального здоровья. Взаимосвязь компонентов здоровья.
12. Количественный подход к оценке здоровья.
13. Показатели индивидуального здоровья.
14. Методы оценки здоровья. Уровни здоровья.
15. Эволюционные предпосылки двигательной активности. Роль двигательной активности в обеспечении и укреплении здоровья. Двигательный минимум современного человека.
16. Влияние гиподинамии на функциональные системы организма.
17. Принципы оздоровительной физической тренировки. Понятие о физической нагрузке и методы ее контроля. Физическая культура в режиме рабочего дня.
18. Физическая культура школьника.
19. Значение питания. Состав пищи. Роль белков, жиров, углеводов, витаминов, минеральных веществ, микроэлементов, воды в обеспечении здоровья. Калорийность питания.
20. Особенности питания при занятиях физической культурой, избыточной массе тела.

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»

а) основная литература:

1. Безруких, М.М. Возрастная физиология (физиология развития ребенка) : учеб.пособие для вузов / М.М.Безруких, В.Д.Сонькин, Д.А.Фарбер. - М.: Академия, 2003. - 412 с. (имеется в библиотеке ПГУ в печатном виде)
2. Белецкая, В.И.Школьная гигиена / В.И.Белецкая, З.П.Громова, Т.И.Егорова. - М.: Просвещение, 1983. - 160 с., ил. (имеется в библиотеке ПГУ в печатном виде)
3. Гигиена детей и подростков: Учеб. для студентов мед. ин-тов / под ред. В.Н.Кардашенко. - М.: Медицина, 1988. - 511 с. (имеется в библиотеке ПГУ в печатном виде)

б) дополнительная литература:

1. Зелинская Д.И. Доврачебная медицинская помощь при неотложных состояниях у детей: Учебное пособие для медицинских сестер / Д.И. Зелинская, Р.Н. Терлецкая - М.:НИЦ ИНФРА-М, 2016. - 74 с. (<http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=558531>)
2. Зименкова Ф.Н. Питание и здоровье: Учебное пособие для студентов по спецкурсу «Питание и здоровье» / Ф.Н. Зименкова. - М.:Прометей, 2016. - 168 с. (<http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=557072>)
3. Смирнов О.Ю. Медицинская биология: энциклопедический справочник : справочное пособие / О.Ю. Смирнов. — М. : ФОРУМ : ИНФРА-М, 2017. — 606 с. (<http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=814567>)

в) программное обеспечение и Интернет-ресурсы:

http://dic.academic.ru/contents.nsf/dic_biology/ - биологический энциклопедический словарь

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»

Для освоения дисциплины используются:

(ауд. 343)

Переносное мультимедийное оборудование:

Ноутбук, мультимедийный проектор, переносной экран (ручной).

Программное обеспечение:

ПО «Антивирус Касперского», ПО «Microsoft Windows» (подписка DreamSpark/Microsoft Imagine Standart), свободно распространяемое ПО: Open Office; Google Chrome; Adobe Acrobat Reader.

Комплект учебной мебели:

Парты, стол преподавательский, стулья, меловая доска.

Учебно-наглядное пособие:

Таблицы, схемы; средства защиты органов дыхания (противогазы, респираторы, ватномарлевые повязки); средства защиты кожи (защитный костюм Л1, ОЗК); медицинские средства защиты (аптечка АИ2, ИПП8, ИПП, шприц-тюбик); дозиметрические приборы (ДП5В, ДП24, ИД1); приборы химической разведки (ВПХР); робот тренажер «Гоша»; перевязочный материал; кровоостанавливающие жгуты; стандартные шины; компасы, тренажер для постановки клизм и внутримышечных инъекций, носилки санитарные, сумка санитарная, шина Диберикса, подушка кислородная.

Рабочая программа дисциплины "Основы медицинских знаний и здорового образа жизни" составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.05 "Педагогическое образование".

Составитель:

1. Миронова Е.В., к.п.н.




Настоящая программа не может быть воспроизведена ни в какой форме без предварительного письменного разрешения кафедры-разработчика программы.

Программа одобрена на заседании кафедры "Общая биология и биохимия"

Протокол № 9

от «29» марта 2016 года

Зав. кафедрой



Г.А.Карпова

Программа согласована с заведующим выпускающей кафедрой

"Иностранные языки и методика преподавания иностранных языков"




Е.Ю.Алешина

Программа одобрена методической комиссией историко-филологического факультета

Протокол № 8




от «8» апреля 2016 года

Председатель методической комиссии историко-филологического факультета



Г.И.Канакина

Сведения о переутверждении программы на очередной учебный год и регистрации изменений

Учебный год	Решение кафедры (№ протокола, дата, подпись зав. кафедрой)	Внесенные изменения	Номера листов (страниц)		
			замененных	новых	аннулированных
2016/2017 уч.гг.	Переутверждена на 2016/2017 уч.гг. Пр.№1 от 2.09.2016 	Актуализирован пункт 7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.	22	нет	нет
2017/2018 уч.гг.	Переутверждена на 2017/2018 уч.гг. Пр.№1 от 31.08.2017 	Актуализирован пункт 7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины. Актуализирован пункт 8. Материально-техническое обеспечение дисциплины.	22-23	нет	нет
2018/2019 уч.гг.	Переутверждена на 2018/2019 уч.гг. Пр.№1 от 31.08.2018 	Актуализирован пункт 7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины. Актуализирован пункт Материально-техническое обеспечение дисциплины.	22-23	нет	нет