

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Забайкальский государственный университет»
(ФГБОУ ВО «ЗабГУ»)

Факультет физической культуры и спорта

Кафедра Медико-биологических основ физической культуры

УТВЕРЖДАЮ:

Декан факультета

Геберт В.К.

« ____ » _____ 20 ____ г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.Б.12.Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

на 72 часа(ов), 2 зачетных(ые) единиц(ы)

для направления подготовки (специальности) 44.03.01 – Педагогическое образование

составлена в соответствии с ФГОС ВО, утвержденным приказом
Министерства образования и науки Российской Федерации от
« ____ » _____ 20 ____ г. № _____

Профиль – Образование в области иностранного языка (для набора 2018)

Форма обучения заочная

1. Организационно-методический раздел

1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля)

Цель изучения дисциплины:

- овладеть основными медицинскими терминами и понятиями;
- уметь применять их на практике; расширить знания по биологии;
- овладеть определенными практическими навыками проведения медицинских мероприятий;
- уметь применять полученные знания на практике и выбирать средства для решения поставленных задач;
- обеспечить студентов необходимой информацией и практическими навыками основ первой медицинской помощи, позволяющими сохранять и укреплять здоровье;
- сформировать гигиенические знания, нормы и правила здорового образа жизни, убеждения в необходимости сохранения своего здоровья и здоровья окружающих

Задачи изучения дисциплины:

- 1) знать основы медицинской помощи и основные принципы ее оказания;
- 2) знать основные правила наложения повязок и шин, правила транспортировки пострадавших;
- 3) знать правила оказания первой медицинской помощи при общих заболеваниях.

1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОП

Б1. Базовая часть Б1.Б12 Основы медицинских знаний и здоровый образ жизни

1.3. Объем дисциплины (модуля) с указанием трудоемкости всех видов учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных(ые) единиц(ы), 72 часов.

Заочная форма

Виды занятий	Распределение по семестрам	Всего часов
	2 семестр	
Общая трудоемкость		72
Аудиторные занятия, в т.ч.	8	8
лекционные (ЛК)	4	4
практические (семинарские) (ПЗ, СЗ)	4	4
лабораторные (ЛР)	0	0
Самостоятельная работа студентов (СРС)	64	64
Форма промежуточной аттестации в семестре	Зачет	0
Курсовая работа (курсовой проект) (КР, КП)		

2. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

Индекс компетенции	Содержание компетенции
ОК – 9	Способностью использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций;
ОПК – 6	Готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся.

Планируемые результаты обучения по дисциплине для последовательного достижения уровней сформированности компетенций

Результат обучения	
Знать	Пороговый: 1) Основные виды медицинской помощи; 2) Основные принципы оказания первой медицинской помощи; 3) Основные признаки жизни и смерти;
	Стандартный: 1) Основные характеристики объема оказания первой медицинской помощи; 2) Основные способы и методы сохранения и укрепления здоровья детей; 3) Причины и признаки нарушения здоровья;
	Эталонный: 1) Показатели состояния здоровья детей и подростков, методы оценки здоровья; 2) Роль окружающей экологической и социальной среды в формировании здоровья детей и подростков; 3) Терминальные состояния, технику проведения непрямого массажа сердца и контроль эффективности ее проведения; 4) Основные правила десмургии; 5) Понятие несчастный случай, правила оказания первой помощи при несчастных случаях;
	Пороговый: 1) Использовать различные формы, виды устной и письменной коммуникации в учебной и профессиональной деятельности; 2) Анализировать роль педагога в обеспечении жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеучебной деятельности;

Уметь	Стандартный: 1) Использовать современные информационно-коммуникационные технологии (включая пакеты прикладных программ, локальные и глобальные компьютерные сети) для сбора, обработки и анализа информации; 2) Оценивать программное обеспечение и перспективы его использования с учетом решаемых профессиональных задач;
	Эталонный: 1) Учитывать различные контексты (социальные, культурные, национальные), в которых протекают процессы обучения, воспитания и социализация; 2) Учитывать в педагогическом процессе различные особенности учащихся; 3) В различных чрезвычайных ситуациях уметь организовать оказание первой помощи и эвакуацию;
Владеть	Пороговый: 1) Навыками наложения повязок; 2) Навыками проведения сердечно-легочной реанимации; 3) Навыками оказывать первую медицинскую помощь до прихода медицинского работника школы или работника скорой медицинской помощи;
	Стандартный: 1) Навыками оказания первой помощи себе и окружающим во время проведения урока и в чрезвычайных ситуациях; 2) Основными методами математической обработки информации; 3) Навыкам работы с программными средствами общего и профессионального назначения;
	Эталонный: 1) Способами проектной и инновационной деятельности в образовании; 2) Способам ориентации в профессиональных источниках информации (журналы, сайты, образовательные порталы и т.д.); 3) Способами по формированию безопасной образовательной среды и навыкам здорового образа жизни у школьников; 4) Способам совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей информационной среды образовательного учреждения, региона, области, страны.

3. Содержание дисциплины

3.1. Разделы дисциплины и виды занятий

Заочная форма

Модуль	Номер раздела	Наименование раздела	Всего часов	Аудиторные занятия			СРС
				ЛК	ПЗ(СЗ)	ЛР	

1	1,2	Здоровье. Виды здоровья.	18	1	1		16
2	3,4	Терминальные состояния. Десмургия. Общая характеристика повязок.	18	1	1		16
3	5,6	Понятие о неотложных состояниях. Причины и факторы их вызывающие.	18	1	1		16
4	7,8	Первая помощь при закрытых и открытых повреждениях. Аллергические реакции.	18	1	1		16
Итого			72	4	4	0	64

3.2. Лекционные занятия

Заочная форма

Модуль	Номер раздела	Содержание лекционных занятий
1	1,2	Здоровый образ жизни как биосоциальная проблема. Здоровье и факторы его определяющие. Основы медицинской помощи. Основные принципы оказания первой медицинской помощи.
2	3,4	Сердечно-легочная реанимация. Принципы и методы реанимации.
3	5,6	Оказание первой доврачебной медицинской помощи при неотложных состояниях. Общая характеристика травм. Шок, его проявления, комплекс противошоковых мероприятий.
4	7,8	Первая медицинская помощь при закрытых и открытых повреждениях. Кровотечения. Виды кровотечений. Первая помощь при кровотечениях. Раны. Виды ран.

3.3. Практические (семинарские) занятия

Заочная форма

Модуль	Номер раздела	Содержание практических(семинарских) занятий
1	1,2	Соматическое, физическое, психическое, сексуальное, нравственное. Оценка образа жизни. Свойства здоровья и болезни. Основные принципы оказания первой медицинской помощи.

2	3,4	Определение тяжести состояния пострадавшего и показаний к проведению сердечно-легочной реанимации. Особенности реанимации у детей. Контроль эффективности реанимационных мероприятий. Общая характеристика повязок.
3	5,6	Ожоги, отморожения. Первая доврачебная медицинская помощь при ожогах и отморожениях. Повреждения мягких тканей, суставов, костей. Ушибы растяжения и разрывы, вывихи и сдавления. Общие принципы транспортной иммобилизации.
4	7,8	Раны. Виды ран. Первая доврачебная медицинская помощь при ранениях. Переломы костей. Первая медицинская помощь при переломах и повреждениях позвоночника, головы, груди, живота. Оказание первой медицинской помощи при некоторых общих заболеваниях.

3.4. Лабораторные занятия

3.5. Организация самостоятельной работы

Заочная форма

Модуль	Номер раздела	Содержание материала выносимого на самостоятельное изучение	Виды самостоятельной работы
1	1,2	Здоровье. Виды здоровья. Здоровый образ жизни как биосоциальная проблема.	Реферат: Оценка физического здоровья с помощью центильных графиков (соматограмм). Опишите особенности соматического здоровья. Стадии формирования сексуального здоровья. Организация терминологической работы. Решение ситуационных задач. Сообщение: История развития асептики и антисептики.
		Терминальные состояния. Сердечно-легочная реанимация. Принципы и методы реанимации.	Реферат: Исторические факты в развитии сердечно-легочной реанимации. Создатель сердечно-легочной реанимации Питер Сафар. Виды сердечно-легочной реанимации. Выполнение тестового задания. Организация терминологической работы.
		Десмургия. Общая характеристика повязок.	Реферат: Десмургия. Основные правила десмургии.

2	3,4	Понятие о неотложных состояниях. Причины и факторы их вызывающие. Оказание первой доврачебной медицинской помощи при неотложных состояниях.	Проверка и анализ выполненных работ Выполнение тестового задания Проведение консультаций Поисковая работа по различным источникам информации
		Шок, его проявления, комплекс противошоковых мероприятий.	Реферат: Шок, Виды шока.
		Особенности реанимации у детей. Контроль эффективности реанимационных мероприятий.	Виды сердечно-легочной реанимации. Выполнение тестового задания
3	5,6	Особенности транспортирования пострадавших при различных повреждениях.	Проверка и анализ выполненных работ
		Особенности транспортирования пострадавших при различных повреждениях.	Проверка и анализ выполненных работ Выполнение тестового задания Проведение консультаций Поисковая работа по различным источникам информации
		Первая помощь при несчастных случаях. Электротравмы и поражение молнией. утопления.	Проверка и анализ выполненных работ Выполнение тестового задания Проведение консультаций Поисковая работа по различным источникам информации
		Инородные тела уха, носа, глаз и желудочно-кишечного тракта. Отравления. Первая медицинская помощь.	Проверка и анализ выполненных работ Выполнение тестового задания Проведение консультаций Поисковая работа по различным источникам информации
4	7,8	Кровотечения. Виды кровотечений. Первая помощь при кровотечениях.	Презентация: Кровотечения. Виды кровотечений.
		Первая доврачебная медицинская помощь при ранениях. Переломы костей.	Проверка и анализ выполненных работ Выполнение тестового задания Проведение консультаций Поисковая работа по различным источникам информации

		Оказание первой медицинской помощи при некоторых общих заболеваниях. Аллергические реакции.	Решение ситуационных задач. Реферат: Аллергия.
--	--	---	--

4. Интерактивные формы образовательных технологий

Модуль	Номер раздела	Вид учебных занятий	Образовательные технологии	Количество часов
1	1, 2	Лекция	Лекции с использованием презентаций.	1
2	3, 4	Лекция	Лекции с использованием презентаций.	1
3	5, 6	Лекция	Лекции с использованием презентаций.	1
4	7, 8	Лекция	Лекции с использованием презентаций.	1

5. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

[Фонд оценочных средств](#)

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1. Основная литература

6.1.1. Печатные издания

1. Волокитина, Т. В. Основы медицинских знаний : учеб. пособие / Волокитина, Татьяна Витальевна, Г. Г. Бральнина, Н. И. Никитинская. - 3-е изд., стер. - Москва : Академия, 2011. - 224 с. - (Высшее профессиональное образование). Количество экземпляров 26.
2. Назарова, Е. Н. Основы социальной медицины : учеб. пособие / Назарова, Елена Николаевна, Ю. Д. Жиров. - 2-е изд., стер. - Москва : Академия, 2010. - 368 с. - (Высшее профессиональное образование). Количество экземпляров 32.
3. Основы здорового образа жизни : учеб. пособие / Шурыгина Юлия Юрьевна [и др.]. - Чита : ЧитГУ, 2010. - 185 с. Количество экземпляров 155.
4. Основы здорового образа жизни : учеб. пособие / С. Т. Кохан [и др.]. - 2-е изд., доп. - Чита : ЗабГУ, 2015. - 186 с. Количество экземпляров 43.

6.1.2. Издания из ЭБС

1. Основы медицинских знаний и здоровый образ жизни : Рабочая тетрадь / сост. С.Г. Фелелова, Д.А. Дашиева. - Чита : ЗабГУ, 2013. - 38 с.

6.2. Дополнительная литература

6.2.1. Печатные издания

1. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф : учебник / под ред. Н. М. Киршина. - 4-е изд., стер. - Москва : Академия, 2010. - 311 с. - (Среднее

профессиональное образование). Количество экземпляров 18.

2. Кохан, С. Т. Медицина катастроф : учеб. пособие / Кохан Сергей Тихонович, Патеюк Андрей Владимирович, Кривошеева Евгения Михайловна. - Чита : ЗабГУ, 2014. - 157 с. Количество экземпляров 62.

3. Отвагина, Т. В. Неотложная медицинская помощь : учеб. пособие / Отвагина Татьяна Владимировна. - 10-е изд. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2012. - 251 с. Количество экземпляров 10.

4. Сидоров, П. И. Медицина катастроф : учеб. пособие / Сидоров Павел Иванович, Мосягин И. Г., Сарычев А. Е. - 2-е изд., стер. - Москва : Академия, 2012. Количество экземпляров 10.

5. Ястребов, Г. С. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф : учеб. пособие / Ястребов Георгий Серафимович. - 8-е изд. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2013. - 397 с. Количество экземпляров 10.

6.2.2. Издания из ЭБС

1. Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : Учебник и практикум / Мисюк Марина Николаевна; Мисюк М.Н. - 3-е изд. - М. : Издательство Юрайт, 2017. - 499. - (Бакалавр. Прикладной курс).

6.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

1. Образовательные ресурсы:

<https://www.biblio-online.ru/> Электронно-библиотечная система «Юрайт»

<http://www.studentlibrary.ru/> Электронно-библиотечная система «Консультант студента»

<http://www.trmost.com/> Электронно-библиотечная система «Троицкий мост»

2. Научные ресурсы:

<http://diss.rsl.ru/> Электронная библиотека диссертаций Российской государственной библиотеки.

<https://elibrary.ru/> Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU

Справочные ресурсы

<http://window.edu.ru> Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» предоставляет свободный доступ к каталогу образовательных Интернет-ресурсов и полнотекстовой электронной учебно-методической библиотеке для общего и профессионального образования.

<http://megabook.ru/> Энциклопедии Кирилла и Мефодия

<http://www.krugosvet.ru/> Универсальная научно-популярная онлайн-энциклопедия «Кругосвет»

Электронные библиотеки

<http://www.nlr.ru/> Российская национальная библиотека

<http://www.rgub.ru/> Российская государственная библиотека для молодежи

<http://www.gnpbu.ru/> Государственная научная педагогическая библиотека им. Ушинского

<http://www.rasl.ru/> Библиотека Российской Академии наук

<http://studentam.net/> Электронная библиотека учебников

7. Перечень программного обеспечения

Программное обеспечение общего назначения: ОС Microsoft Windows, Microsoft Office, ABBYY FineReader, ESET NOD32 Smart Security Business Edition, Foxit Reader, АИБС "МераПро".

Программное обеспечение специального назначения:

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

672000, г. Чита, ул. Бутина, 65, ауд. 13-130.

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной

аттестации Комплект специальной учебной мебели. Доска аудиторная меловая.
Мультимедийное оборудование: ноутбук, интерактивная доска, проектор (переносное).

Доступ к сети Интернет и обеспечение доступа в электронную информационно-образовательную среду организации. ОС семейства Windows (договор)
MS Office Standart 2013 (договор № 223-798 от 30.12.2014 г.)
ESET NOD32 Smart Security Business Edition (договор № 223-1/17-3К от 06.09.2017 г.)
Foxit Reader (право использования ПО предоставляется бесплатно согласно политике компании-разработчика <https://www.foxitsoftware.com/ru/pdf-reader/eula.html>)
ABBYY FineReader (договор № 223-799 от 30.12.2014 г.)
АИБС "МегаПро" (договор №13215/223П/15-569 от 18.12.2015 г.).

672000, г. Чита, ул. Бутина, 65, ауд. 13-118.

Кабинет для самостоятельной работы, курсового проектирования (выполнения курсовых работ) Комплект специальной учебной мебели. ПК- 5 шт.

Доступ к сети Интернет и обеспечение доступа в электронную информационно-образовательную среду организации. ОС семейства Windows (договор)
MS Office Standart 2013 (договор № 223-798 от 30.12.2014 г.)
ESET NOD32 Smart Security Business Edition (договор № 223-1/17-3К от 06.09.2017 г.)
Foxit Reader (право использования ПО предоставляется бесплатно согласно политике компании-разработчика <https://www.foxitsoftware.com/ru/pdf-reader/eula.html>)
ABBYY FineReader (договор № 223-799 от 30.12.2014 г.)
АИБС "МегаПро" (договор №13215/223П/15-569 от 18.12.2015 г.).

672000, г. Чита, ул. Бутина, 65, ауд. 13-215.

Кабинет хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования ИБП DNS (3); Колонки (2); Колонки (3); Носитель информации Qumo USB 32GB (1); Веб-камера (2); Наушники (20); Сетевой фильтр 5 роз. (5); DVD проигрыватель HYUNDAI H-DVD5038 (1); DVD проигрыватель HYUNDAI H-DVD5038 (1); Звуковые колонки Genius SP-S 350 09-600 (1); Магнитола HYUNDAI Y-1416 серый 09-92 (1); Магнитола Panasonic RX-D 29 EK (1); Магнитола Panasonic RX-D 29 EK (1); Магнитола Panasonic RX-D 29 EK (1); Музыкальный центр с СД/MP3 проигрывателем (1); Память USB 2.0 Flash Kingston 4Gb 09-602 (1); Флэшкарта MINI SD 1024MB 08-2 (1); Магнитофон Panasonic 2х кассетн. (1); Магнитофон Panasonic (1); Магнитола LG 67858 (1); Магнитола LG CDM-371 AX 84412 (1); Магнитола LG CDM-371 AX 84412 (1); Цифровой диктофон Sony ICDBX112M 2Gb+mic (1); Цифровой диктофон Sony ICDBX112M 2Gb+mic (1); Цифровой диктофон Sony ICDBX112M 2Gb+mic (1); DVD проигрыватель Hyundai (1); Беспроводной модуль (1); Видеокамера (1); Видеопроектор (1); Диктофон OLYMPUS WS-110 (1); Компьютер (1); Компьютер Celeron в комплекте (1); Магнитола LG LPC-53X (1); Магнитола LG LPC-53X (1); Магнитола SONY (1); Магнитола с CD Sony ZS-RS09 CP (1); Магнитола с CD Sony ZS-RS09 CP (1); Монитор 19 LG Ratron W1942S-BF (1); Мультимедиа-проектор ViewSonic (1); МФУ Samsung SCX 4220 (1); Ноутбук Dell (1); Ноутбук Dell (1); Ноутбук Dell (1); Ноутбук Dell (1); Ноутбук «Samsung»; Ноутбук 15,6 «LenovoIdeaPad G5045»; Ноутбук «Asus» (2); Принтер лазерный «A4 HP LJ-1022»; Цифровой фотоаппарат; Цифровой фотоаппарат «Sony»; DVD плеер; Магнитофон кассетный Philips; Магнитола LG"
ОС семейства Windows (договор);
MS Office Standart 2013 – договор № 223-798 от 30.12.2014 (срок действия – бессрочно);
договор № 223-799 от 30.12.2014 (срок действия – бессрочно);
ABBYY FineReader – договор № 223-799 от 30.12.2014 (срок действия – бессрочно);
АИБС «МегаПро» – договор №13215/223П/15-569 от 18.12.2015 (срок действия – бессрочно);
MS Windows 7 – договор № 223П/18-1 от 13.02.2018 (срок действия – бессрочно);
ESET NOD32 Smart Security Business Edition – договор № 223-1/17-3К от 06.09.2017 г. (продление) (срок действия – сентябрь 2018г.);
Foxit Reader – право использования программного обеспечения предоставляется бесплатно согласно политике компании-разработчика (<https://www.foxitsoftware.com/ru/pdf-reader/eula.html>).

9. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины

Лекционные занятия проводятся с использованием мультимедийных презентаций, содержащих слайды теоретического характера (основные понятия и определения, положения, нормативные документы и т.д.) и практического характера (иллюстрированный материал, видеоролики, видеофильмы и другое, соответствующие тематике лекций).

Практические и семинарские занятия планируются по принципу систематизации и углубления знаний учебного материала по разделам программы в форме обсуждения рефератов, дискуссий, докладов, подготовки отчетов, письменных практических работ, содержащих анализ и синтез различного материала.

При самостоятельном рассмотрении теоретических вопросов студентам следует обращаться к содержанию лекционного материала, изучать рекомендованную основную литературу, положения, федеральные законы, нормативно-правовые документы и т.д. Для более углубленного изучения дисциплины студентам рекомендуются изучать представленную дополнительную литературу, просматривать материалы периодических изданий, интернет-сайты, научно-популярные фильмы и т.д.

Разработчик/группа разработчиков: Фефелова Светлана Геннадьевна, к.б.н. доцент кафедры МБО ФК

**Рассмотрена на заседании кафедры
(протокол от 31.08.2018 г. № 1)**