

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ 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.В.ОД.07.Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

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

для направления подготовки (специальности) 44.03.02 – Психолого-педагогическое образование

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

Профиль – Психология образования (для набора 2013, 2014, 2015)

Форма обучения очная, заочная

1. Организационно-методический раздел

1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля)

Цель изучения дисциплины:

- формирование компетенций в области основ медицинских знаний и здорового образа жизни.

Задачи изучения дисциплины:

- обучить практическим приемам оказания первой помощи;
- учить самостоятельно, приобретать знания;
- формирование знаний и практических умений у студентов о методах оценки количества и качества здоровья человека.
- развитие положительной мотивации сохранения и укрепления собственного здоровья студентами через овладение принципами здорового образа жизни.
- формирование представления о наиболее распространенных болезнях и возможностях их предупреждения.
- ознакомление с наиболее часто встречающимися неотложными состояниями и привитие практических навыков оказания доврачебной помощи.
- иметь представление об инфекционных болезнях, знать этиологию, симптомы, профилактику этих заболеваний и оказание первой доврачебной помощи;
- иметь представление о реанимационных мероприятиях, знать клинические проявления комы, коллапса, обморока, травматического шока и уметь оказывать первую доврачебную помощь;
- знать схему оказания неотложной помощи при артериальных и венозных кровотечениях, ранение грудной клетки, ранениях живота, переломах костей, ушибах, вывихах;
- иметь представление об оказании первой доврачебной помощи при поражении электрическим током, ожогах, отморожениях и переохлаждении, при утоплении, при тепловом и солнечном ударе, при попадании инородного тела в дыхательные пути, при отравлении угарным и бытовым газом, при пищевых и лекарственных отравлениях, при отравлении алкоголем;
- знать общие правила транспортировки пострадавших.

1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОП

Б.1.В.ОД.07

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

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

Очная форма

Виды занятий	Распределение по семестрам	Всего часов
	1 семестр	
Общая трудоемкость		72
Аудиторные занятия, в т.ч.	34	34
лекционные (ЛК)	17	17
практические (семинарские) (ПЗ, СЗ)	17	17

лабораторные (ЛР)	0	0
Самостоятельная работа студентов (СРС)	38	38
Форма промежуточной аттестации в семестре	Зачет	0
Курсовая работа (курсовой проект) (КР, КП)		

Заочная форма

Виды занятий	Распределение по семестрам	Всего часов
	1 семестр	
Общая трудоемкость		72
Аудиторные занятия, в т.ч.	10	10
лекционные (ЛК)	4	4
практические (семинарские) (ПЗ, СЗ)	6	6
лабораторные (ЛР)	0	0
Самостоятельная работа студентов (СРС)	62	62
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	Способность использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций.
ОПК-12	Способность использовать здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности, учитывать риски и опасности социальной среды и образовательного пространства.

ПК-36	Способность контролировать стабильность своего эмоционального состояния во взаимодействии с детьми, имеющими ОВЗ, и их родителями (законными представителями).
-------	--

Планируемые результаты обучения по дисциплине для последовательного достижения уровней сформированности компетенций

Результат обучения	
Знать	Пороговый: 1) базовые термины естественнонаучной области знаний; 2) основные методы и средства получения, хранения и переработки естественнонаучной информации .
	Стандартный: 1) терминологическую систему естественнонаучной области; 2) специфику естественнонаучной и гуманитарной компонентов культуры, междисциплинарные основы естественнонаучной области; 3) актуальные проблемы естествознания в рамках учебной информации.
	Эталонный: 1) о неотложных состояниях, причинах и факторах, их вызывающих; 2) о причинах, средствах, методах и способах профилактики заболеваний различного происхождения; 3) об организационных основах оказания первой медицинской помощи при возникновении массовых поражений; 4) признаки отравления химическими веществами, лекарственными препаратами и веществами бытовой химии; 5) признаки внезапной остановки сердца; клинической и биологической смерти; терминальных состояний; потери сознания; синдрома длительного сдавливания (СДС); электротравм; ожога и ожогового шока; замерзания и отморожения; артериального, венозного, внутреннего кровотечений; ран и их осложнений; ушибов, повреждений мягких и твердых тканей; переломов костей верхних и нижних конечностей, позвоночника и малого таза; травматического шока; 6) современные методы реанимации; 7) концептуальные основы здоровья современного человека, развитие культуры духовного и физического здоровья; психолого-педагогические и медико-гигиенические аспекты здорового образа жизни.

Уметь	Пороговый: 1) работать в локальной и глобально сети интернет, находить необходимую информацию; 2) оценивать собственные образовательные достижения и проблемы, определять потребности в дальнейшем образовании; 3) репродуцировать имеющуюся информацию; 4) оценивать собственные образовательные достижения и проблемы, определять потребности в дальнейшем образовании; 5) подсчитать пульс и частоту дыхательных движений; 6) измерить и оценить артериальное давление;
	Стандартный: 1) анализировать и оценивать достоверность естественнонаучной информации предоставляемой СМИ; 2) устанавливать междисциплинарные связи; 3) самостоятельно получать и расширять естественнонаучные знания, пользоваться различными источниками информации; 4) оперировать знаниями о здоровье и его слагаемых; 5) использовать знания о сохранении, укреплении и преумножении здоровья, о саморегуляции и самокоррекции; 6) формировать навыки здорового образа жизни.
	Эталонный: 1) критически оценивать и интерпретировать информацию с различных точек зрения, выделять в ней главное, структурировать, представлять в доступном для других виде; 2) анализировать связи между фундаментальными открытиями и последующим развитием науки (научной теории); 3) выполнять проекты и презентовать результаты проектной деятельности.
	Пороговый: 1) демонстрировать понимание основных понятий, принципов, закономерностей и концепций; 2) ориентироваться в потоке информации предоставляемой средствами массовой информации, интернет; 3) демонстрировать самостоятельность в процессе обучения и самоконтроля для приобретения новых знаний; 4) к работе в команде, выполнению проектной деятельности.

Владеть	Стандартный: 1) использовать возможности информационных технологий для решения исследовательских задач, самообразования; 2) к проведению научного исследования, проектной работе; 3) использовать методы и средства оказания неотложной медицинской помощи при возникновении приступа стенокардии и инфаркта миокарда; острой сосудистой недостаточности (обморок, коллапс, шок, кома); гипертонического криза; приступа бронхиальной астмы; ложного крупа; эпилептического и истерического припадка; аллергических реакций (немедленного и замедленного типа); «острого живота»; при ранениях, ушибах, повреждениях, растяжениях связок и сухожилий, при открытых и закрытых переломах; травматическом шоке;
	Эталонный: 1) критически осмысливать естественнонаучные теории, концепции, подходы; 2) использовать разнообразные методы оценки возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий; 3) демонстрировать возможность различных интерпретаций полученных результатов; 4) нести ответственность за результаты своих действий и качество выполненных заданий; 5) к руководству проектной и исследовательской деятельностью, принятию нестандартных решений профессиональных задач.

3. Содержание дисциплины

3.1. Разделы дисциплины и виды занятий

Очная форма

Модуль	Номер раздела	Наименование раздела	Всего часов	Аудиторные занятия			СРС
				ЛК	ПЗ(СЗ)	ЛР	
1	1	Здоровье. Виды здоровья.	14	4	4		6
2	2	Понятие о неотложных состояниях.	18	4	4		10
3	3	Терминальные состояния.	14	4	4		6
4	4	Первая медицинская помощь при закрытых и открытых повреждениях. Аллергические реакции.	26	5	5		16
Итого			72	17	17	0	38

Заочная форма

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

1		Здоровье. Виды здоровья (психическое, физическое. соматическое здоровье)	24	2	2		20
2		Первая помощь. Понятие о неотложных состояниях. Виды.	48	2	4		42
Итого			72	4	6	0	62

3.2. Лекционные занятия

Очная форма

Модуль	Номер раздела	Содержание лекционных занятий
1	1	Здоровье. Виды здоровья. ОЖ.ЗОЖ.
2	2	Понятие о неотложных состояниях. Первая помощь.
3	3	Терминальные состояния. Первая помощь.
4	4	Первая помощь при закрытых и открытых повреждениях. Аллергические реакции. Первая помощь.

Заочная форма

Модуль	Номер раздела	Содержание лекционных занятий
1		Здоровье. Виды здоровья. ОЖ.ЗОЖ.
2		Понятие о неотложных состояниях. Первая помощь.

3.3. Практические (семинарские) занятия

Очная форма

Модуль	Номер раздела	Содержание практических(семинарских) занятий
--------	---------------	--

1	1	Здоровье. Виды здоровья. Оценка ОЖ.ЗОЖ. Оценка соматического здоровья. Функциональные пробы оценки физического здоровья.
2	2	Неотложные состояния. Основные понятия. Первая помощь при н.с. Причины и факторы, вызывающие неотложные состояния.
3	3	Терминальные состояния. Принципы и методы реанимации.
4	4	Раны. Признаки и виды ран. Методика оказания первой помощи при ранах. Достоверные признаки синдрома сдавливания. Вывихи, ушибы, растяжения и разрывы связок, переломы и трещины костей: признаки и первая помощь. Иммобилизация. Десмургия. Причины и признаки возникновения аллергических реакций. Первая медицинская помощь (ПМП) при аллергических реакциях (крапивница, поллиноз, отек Квинке, анафилактический шок и др.). При острых отравлениях лекарственными препаратами бытовой химии.

Заочная форма

Модуль	Номер раздела	Содержание практических(семинарских) занятий
1		Оценка соматического здоровья. Функциональные пробы оценки физического здоровья. Оценка ОЖ.ЗОЖ.
2		Неотложные состояния. Десмургия. Принципы и методы реанимации.

3.4. Лабораторные занятия

3.5. Организация самостоятельной работы

Очная форма

Модуль	Номер раздела	Содержание материала выносимого на самостоятельное изучение	Виды самостоятельной работы
1	1	Здоровье. Виды здоровья. Стресс, факторы и условия вызывающие это состояние. Профилактика стресса. Стресс и дистресс. Первая помощь в острой стрессовой ситуации.	Подготовка сообщений. Составление конспекта.

2	2	Понятие о неотложных состояниях.	Подготовка презентаций.
3	3	Терминальные состояния. Принципы и методы первой помощи при ожогах и отморожениях. Первая медицинская помощь при попадании инородного тела в глаз, нос, ухо, дыхательные пути. Прием «захват жизни». Принципы и методы первой помощи при электротравмах, солнечном и тепловом ударе.	Конспектирование. Составление и решение ситуационных задач.
4	4	Первая медицинская помощь при закрытых и открытых повреждениях. Аллергические реакции. Шок, виды. Анафилактический шок и др. Первая медицинская помощь при аллергических реакциях.	Подготовка сообщений. Конспектирование.

Заочная форма

Модуль	Номер раздела	Содержание материала выносимого на самостоятельное изучение	Виды самостоятельной работы
1		Здоровье. Виды здоровья. Стресс, факторы и условия вызывающие это состояние. Профилактика стресса. Стресс и дистресс. Первая помощь в острой стрессовой ситуации.	Подготовка сообщений. Составление конспекта
		Понятие о неотложных состояниях. Общая характеристика травм. Шок, виды. Комплекс противошоковых мероприятий. Кровотечения. Виды. Первая помощь.	Конспектирование.
2		Терминальные состояния. Принципы и методы первой помощи при ожогах и отморожениях. Первая медицинская помощь при попадании инородного тела в глаз, нос, ухо, дыхательные пути. Прием «захват жизни». Принципы и методы первой помощи при электротравмах, солнечном и тепловом ударе.	Конспектирование. Составление и решение ситуационных задач.
		Первая медицинская помощь при закрытых и открытых повреждениях. Раны. Виды. Первая помощь при ранениях. Общие принципы транспортной иммобилизации. Особенности транспортной иммобилизации в зависимости от локализации повреждения.	Подготовка сообщений. Конспектирование.

4. Интерактивные формы образовательных технологий

Модуль	Номер раздела	Вид учебных занятий	Образовательные технологии	Количество часов
1	1	Л	Лекции с использованием презентаций.	2
2	2	Л	Лекции с использованием презентаций.	2
3	3	Пр.	Работа на тренажере.	2
4	4	Пр.	Разбор конкретных ситуаций (ситуационные задачи).	4

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 Татьяна Витальевна. Основы медицинских знаний : учеб. пособие / Волокитина Татьяна Витальевна, Бральнина Галина Георгиевна, Никитинская Нина Ивановна. - 3-е изд., стер. - Москва : Академия, 2011. - 224 с. - (Высшее профессиональное образование). - ISBN 978-5-7695-8036-9 .
2. Основы здорового образа жизни: учеб. пособие / С.Т. Кохан [и др.] -2-е изд., доп. – Чита: ЗабГУ, 2015. – 186 с.
- 3 . Кохан, Сергей Тихонович. Медицина катастроф: учеб. пособие / Кохан Сергей Тихонович, Патеюк Андрей Владимирович, Кривошеева Евгения Михайловна.- Чита: ЗабГУ, 2014.-157 с.

6.1.2. Издания из ЭБС

1. Сестринское дело в терапии : учебник для академического бакалавриата / В. Н. Петров, В. А. Лапотников, В. Л. Эмануэль, Н. Г. Петрова ; отв. ред. В. Н. Петров. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 449 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-00099-3. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/727BF1A3-FE28-4D28-8B90-5A37DF050388

6.2. Дополнительная литература

6.2.1. Печатные издания

1. Стасюк, О.Н. Первая помощь пострадавшим в чрезвычайных ситуациях : учеб. пособие / О. Н. Стасюк, Н. Д. Авсеенко, Е. В. Альфонсова. - Чита : ЗабГУ, 2015. - 124 с. [Электронный версия]
2. Тен, Елена Евгеньевна. Основы медицинских знаний: учебник / Тен Елена Евгеньевна.-5-е изд., стер. – Москва: Академия, 2009. – 256 с.
3. Меньшов, Игорь Викторович. Культура здоровья студентов: учеб-метод. пособие / Меньшов, Игорь Викторович. Чита: ЗабГУ, 2015. – 143 с.
4. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: Рабочая тетрадь/ сост. С.Г. Фелелова, Д.А. Дашиева.- Чита: ЗабГУ, 2013 – 38 с.

6.2.2. Издания из ЭБС

Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебник и практикум для прикладного бакалавриата / М. Н. Мисюк. – 3-е изд., перераб. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2017. – 499 с. – (Серия : Бакалавр. Прикладной курс). – ISBN 978-5-534-00710-7. – Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/0DFFF3DF-1B11-4580-9C97-9CFDB0A409A4

6.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

ЭБС «Лань»; www.e.lanbook.ru

ЭБС «Национальный цифровой ресурс «Руконт»; <http://rucont.ru/>

ЭБС IPRbooks;

ЭБС «БИБЛИОРОССИКА»; www.bibliorossica.com

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. Бабушкина, 129,
ауд. 14-332.

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, научно-исследовательской работы

Кабинет по основам медицинских знаний и здорового образа жизни. Комплект специальной учебной мебели. Доска меловая.

Мультимедийное оборудование: ноутбук, переносной проектор.

672000, г. Чита, ул. Бабушкина, 129,
ауд. 14-513.

Компьютерный класс. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, самостоятельной работы. Комплект специальной учебной мебели. Доска передвижная поворотная. Доска магнитно-маркерная белая. 7- ПК (в т.ч. преподавательский).

Мультимедийное оборудование: ноутбук, переносной проектор, переносной экран, акустическая система.

Доступ к сети Интернет и обеспечение доступа в электронную информационно-образовательную среду организации.

9. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины

К основным формам самостоятельной работы относятся: чтение основной и дополнительной литературы по дисциплине, подготовка к семинарским занятиям, написание реферата, тематических сообщений.

Для самостоятельного освоения темы предусмотрен список основной и дополнительной литературы, а также электронных и Интернет-источников, тематика рефератов, ситуационные задачи, промежуточный и итоговый тесты по темам, направленные на более глубокое и самостоятельное изучение дисциплины.

Для максимального усвоения дисциплины предусмотрено проведение тестирования, решение задач. Подборка вопросов для тестирования осуществляется на основе изученного теоретического материала, что позволяет повысить мотивацию студентов при конспектировании лекционного материала.

Теоретическое содержание дисциплины состоит в рассмотрении основных теоретических вопросов дисциплины. Теоретическое содержание конкретизировано в соответствии с элементами теоретического, практического изучения дисциплины и включающих: основные понятия и их определения, характеристики; задачи (проблемы) их составление и решение.

Разработчик/группа разработчиков: Фефелова Светлана Геннадьевна, доцент кафедры МБО ФК

**Рассмотрена на заседании кафедры
(протокол от 04.09.2017 г. № 1)**