

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
"Казанский (Приволжский) федеральный университет"
Факультет психологии и педагогики



УТВЕРЖДАЮ
Проректор по образовательной деятельности КФУ
Проф. Д.А. Таюрский

_____» _____ 20__ г.

подписано электронно-цифровой подписью

Программа дисциплины

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни Б1.В.ОД.1

Направление подготовки: 44.03.01 - Педагогическое образование

Профиль подготовки: Физическая культура

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: заочное

Язык обучения: русский

Автор(ы):

Леонтьева И.А.

Рецензент(ы):

Гафиятуллина Э.А.

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий(ая) кафедрой: Леонтьев В. В.

Протокол заседания кафедры No ____ от " ____ " _____ 201__ г

Учебно-методическая комиссия Елабужского института КФУ (Факультет психологии и педагогики):

Протокол заседания УМК No ____ от " ____ " _____ 201__ г

Регистрационный No 10142258619

Содержание

1. Цели освоения дисциплины
2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы
3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины /модуля
4. Структура и содержание дисциплины/ модуля
5. Образовательные технологии, включая интерактивные формы обучения
6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов
7. Литература
8. Интернет-ресурсы
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины/модуля согласно утвержденному учебному плану

Программу дисциплины разработал(а)(и) старший преподаватель, б/с Леонтьева И.А. Кафедра биологии и химии Факультет математики и естественных наук, IALeonteva@kpfu.ru

1. Цели освоения дисциплины

Овладение приемами оказания первой медицинской помощи при острых неотложных состояниях, травмах и повреждениях, формирование у обучающихся сознательного и ответственного отношения к сохранению и укреплению здоровья на основе принципов здорового образа жизни, развитие общекультурных компетенций, необходимых для осуществления педагогической деятельности.

2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы высшего профессионального образования

Данная учебная дисциплина включена в раздел 'Б1.В.ОД.1 Дисциплины (модули)' основной профессиональной образовательной программы 44.03.01 'Педагогическое образование (Физическая культура)' и относится к обязательным дисциплинам вариативной части.

Осваивается на 2 курсе в 3 семестре.

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины /модуля

В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

Шифр компетенции	Расшифровка приобретаемой компетенции
ОК-9 (общекультурные компетенции)	способностью использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций
ОПК-6 (профессиональные компетенции)	готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся
ПК-1 (профессиональные компетенции)	готовностью реализовывать образовательные программы по предметам в соответствии с требованиями образовательных стандартов

В результате освоения дисциплины студент:

1. должен знать:

- нормы физиологических показателей организма,
- показатели индивидуального и популяционного здоровья, характеристику групп здоровья,
- источники различных инфекционных и соматических заболеваний, пути передачи, факторы риска, признаки отдельных заболеваний,
- приемы оказания первой медицинской помощи детям при неотложных состояниях и различных заболеваниях,
- основные формы школьной патологии, их признаки, предпосылки и факторы возникновения патологических состояний у школьников,
- нормы, принципы здорового образа жизни, способы укрепления здоровья,
- законодательные основы охраны здоровья детей в РФ.

2. должен уметь:

- учитывать индивидуальные и возрастные особенности физиологии учащихся,

- применять алгоритмы, модели, законы для решения ситуационных задач по оказанию доврачебной помощи при несчастных случаях и неотложных состояниях детей,
- использовать полученные теоретические и практические навыки для организации образовательного процесса с использованием современных средств здоровьесберегающих технологий,
- оказать первую медицинскую помощь при несчастных случаях и неотложных состояниях,
- выполнять простейшие приемы реанимации,
- формулировать и обосновывать роль различных факторов в возникновении вредных привычек у детей и подростков.

3. должен владеть:

- основными методиками оздоровления, сохранения и укрепления здоровья,
- навыками оказания доврачебной помощи при несчастных случаях и неотложных состояниях.

4. должен демонстрировать способность и готовность:

- применять полученные знания в будущей профессиональной деятельности.

4. Структура и содержание дисциплины/ модуля

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных(ые) единиц(ы) 72 часа(ов).

Форма промежуточного контроля дисциплины: зачет в 3 семестре.

Суммарно по дисциплине можно получить 100 баллов, из них текущая работа оценивается в 50 баллов, итоговая форма контроля - в 50 баллов. Минимальное количество для допуска к зачету 28 баллов.

86 баллов и более - "отлично" (отл.);

71-85 баллов - "хорошо" (хор.);

55-70 баллов - "удовлетворительно" (удов.);

54 балла и менее - "неудовлетворительно" (неуд.).

4.1 Структура и содержание аудиторной работы по дисциплине/ модулю

Тематический план дисциплины/модуля

N	Раздел Дисциплины/ Модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды и часы аудиторной работы, их трудоемкость (в часах)			Текущие формы контроля
				Лекции	Практи- ческие занятия	Лабора- торные работы	
1.	Тема 1. Основные задачи первой медицинской помощи. ПМП при закрытых и открытых повреждениях.	3		1	2	0	Тестирование Устный опрос Реферат
2.	Тема 2. Первая медицинская помощь при внезапных заболеваниях и отравлениях.	3		1	1	0	Реферат Тестирование Устный опрос
3.	Тема 3. Основы микробиологии, иммунологии и эпидемиологии. Профилактика инфекционных заболеваний.	3		1	1	0	Реферат Тестирование Устный опрос

N	Раздел Дисциплины/ Модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды и часы аудиторной работы, их трудоемкость (в часах)			Текущие формы контроля
				Лекции	Практи- ческие занятия	Лабора- торные работы	
4.	Тема 4. Реанимация. Неотложная помощь в критических. ситуациях.	3		0	1	0	Тестирование Устный опрос
5.	Тема 5. Основы здорового образа жизни.	3		1	1	0	Реферат Устный опрос
.	Тема . Итоговая форма контроля	3		0	0	0	Зачет
	Итого			4	6	0	

4.2 Содержание дисциплины

Тема 1. Основные задачи первой медицинской помощи. ПМП при закрытых и открытых повреждениях.

лекционное занятие (1 часа(ов)):

Основные задачи при оказании первой медицинской помощи. Понятие о закрытой и открытой травме. Особенности транспортной иммобилизации при различных повреждениях. Способы транспортировки раненых. Травматический шок. Основной комплекс противошоковых мероприятий.

практическое занятие (2 часа(ов)):

Первая помощь при закрытых и открытых повреждениях: ушибах, переломах, вывихах, растяжениях связок. Первая помощь при ранениях различных частей тела. Правила транспортировки больных с ранениями. Первая помощь при кровотечениях. Виды и признаки наружных и внутренних кровотечений. Правила остановки кровотечений.

Тема 2. Первая медицинская помощь при внезапных заболеваниях и отравлениях.

лекционное занятие (1 часа(ов)):

Первая медицинская помощь при внезапных заболеваниях органов сердечно-сосудистой системы, органов дыхания. Оказание первой медицинской помощи при неотложных состояниях и заболеваниях органов пищеварения и мочевыделительной системы. Патология опорно-двигательного аппарата школьника. Профилактика сколиозов и нарушения осанки. Первая медицинская помощь при заболеваниях нервной системы. Причины и признаки возникновения судорожных состояний у детей. Эпилептический и истерический припадки. Причины и признаки возникновения аллергических реакций. Психоневрологические заболевания у детей. Наследственные болезни детей. Профилактика, медико-генетическая консультация. Роль учителя в социальной адаптации детей с наследственными заболеваниями и пороками развития. Общие принципы диагностики и оказания неотложной помощи при отравлениях. Острые и хронические отравления. Методы активной детоксикации организма.

практическое занятие (1 часа(ов)):

Оказание первой медицинской помощи при различных отравлениях у детей: пищевые отравления, отравление окисью углерода, отравление ядохимикатами, отравление лекарственными препаратами. Первая помощь при укусах ядовитых животных и пчел.

Тема 3. Основы микробиологии, иммунологии и эпидемиологии. Профилактика инфекционных заболеваний.

лекционное занятие (1 часа(ов)):

Меры профилактики инфекционных болезней. Характеристика микроорганизмов. Эпидемический процесс, его основные факторы и закономерности. Иммуитет и восприимчивость организма к инфекционным болезням. Противоэпидемические мероприятия и профилактика инфекционных заболеваний в детских коллективах. Календарь прививок. Профилактика кишечных, воздушно-капельных инфекций, грибковых заболеваний.

практическое занятие (1 часа(ов)):

Основные группы инфекционных заболеваний. Пути и механизмы передачи инфекций. Восприимчивость и иммунитет. Инфекции дыхательных путей и их профилактика. Кишечные инфекции и их профилактика. Кровяные инфекции и их профилактика. Инфекции наружных покровов и их профилактика. Основные противоэпидемические мероприятия.

Тема 4. Реанимация. Неотложная помощь в критических. ситуациях.

практическое занятие (1 часа(ов)):

Терминальные состояния (предагония, агония, клиническая смерть). Комплекс сердечно-легочной реанимации. Техника искусственного дыхания Техника наружного массажа сердца. Реанимационные мероприятия в критических ситуациях: электротравма, асфиксия, тепловой удар, анафилактический шок и др. Критерии эффективности проведения реанимационных мероприятий.

Тема 5. Основы здорового образа жизни.

лекционное занятие (1 часа(ов)):

Здоровый образ жизни как биологическая и социальная проблема. Здоровый образ жизни - индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение его здоровья. Определение здоровья. Формирование культуры здоровья. Основные составляющие здорового образа жизни. Традиционные и нетрадиционные методы оздоровления. Права и ответственность человека за сохранение и укрепление своего здоровья.

практическое занятие (1 часа(ов)):

Социально-гигиенические основы вредных привычек. Профилактика раннего алкоголизма, табакокурения, наркомании и токсикомании. Профилактическая работа с учащимися разных возрастных групп. Роль учителя в формировании здоровья учащихся. Совместная деятельность школы и семьи в формировании здоровья и здорового образа жизни учащихся.

4.3 Структура и содержание самостоятельной работы дисциплины (модуля)

N	Раздел дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды самостоятельной работы студентов	Трудоемкость (в часах)	Формы контроля самостоятельной работы
1.	Тема 1. Основные задачи первой медицинской помощи. ПМП при закрытых и открытых повреждениях.	3		подготовка к реферату	4	Реферат
				подготовка к тестированию	4	Тестирование
				подготовка к устному опросу	4	Устный опрос
2.	Тема 2. Первая медицинская помощь при внезапных заболеваниях и отравлениях.	3		подготовка к реферату	4	Реферат
				подготовка к тестированию	4	Тестирование
				подготовка к устному опросу	4	Устный опрос

№	Раздел дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды самостоятельной работы студентов	Трудоемкость (в часах)	Формы контроля самостоятельной работы
3.	Тема 3. Основы микробиологии, иммунологии и эпидемиологии. Профилактика инфекционных заболеваний.	3		подготовка к реферату	4	Реферат
				подготовка к тестированию	4	Тестирование
				подготовка к устному опросу	4	Устный опрос
4.	Тема 4. Реанимация. Неотложная помощь в критических ситуациях.	3		подготовка к тестированию	6	Тестирование
				подготовка к устному опросу	6	Устный опрос
5.	Тема 5. Основы здорового образа жизни.	3		подготовка к реферату	5	Реферат
				подготовка к устному опросу	5	Устный опрос
	Итого				58	

5. Образовательные технологии, включая интерактивные формы обучения

Основными формами проведения аудиторных занятий по дисциплине 'Основы медицинских знаний и здорового образа жизни' являются традиционные формы: лекции и практические занятия.

В процессе освоения дисциплины используются технологии проблемно-развивающего и дифференцированного обучения, технологии сотрудничества и развития критического мышления.

Лекционные занятия сопровождаются с использованием мультимедийных презентаций, предусмотрен просмотр научно-популярных фильмов по оказанию первой помощи.

На семинарах студенты более подробно рассматривают отдельные вопросы, касающиеся оказания первой медицинской помощи при травмах и повреждениях, заболеваниях и неотложных состояниях. Кроме этого на конкретных примерах изучают технику оказания первой медицинской помощи.

Самостоятельная работа студентов предполагает теоретическую подготовку к практическим занятиям, написание рефератов, выполнение домашних заданий, освоение теоретического материала.

Промежуточной формой аттестации дисциплины является зачет.

6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов

Тема 1. Основные задачи первой медицинской помощи. ПМП при закрытых и открытых повреждениях.

Реферат , примерные вопросы:

1. Способы транспортировки и переноски пострадавшего. 2. Двигательная активность и продолжительность жизни. 3. Особенности двигательной активности в различных возрастных периодах. 4. Синдром утраты сознания при травмах.

Тестирование , примерные вопросы:

1. Здоровье - это ... А) совокупность защитных физиологических реакций, наступающих в организме человека в ответ на воздействие стресс-факторов; Б) признак патологического состояния или болезни; В) объективное состояние и субъективное чувство полного физического, психического и социального комфорта; Г) процесс приспособления организма к изменившимся условиям существования.
2. Продолжите предложение: Боль - это ...
3. Социально-духовное (нравственное) здоровье включает: А) эмоциональный статус; Б) функциональные резервы физиологических систем; В) интеллектуальные способности; Г) ценностно-мотивационные установки.
4. Основными факторами, определяющими здоровье человека являются: А) состояние окружающей среды; Б) наследственность; В) наличие хронических заболеваний или дефектов развития; Г) условия и образ жизни.
5. Продолжите предложение: Вывих - это ...
6. Первая помощь при ушибе: А) холод на область поврежденного сустава; Б) транспортная иммобилизация; В) наложение согревающего компресса; Г) применение обезболивающих препаратов.
7. Что такое несчастные случаи? А) непредвиденное стечение обстоятельств и условий, при которых причиняется вред здоровью человека или наступает его смерть; Б) болезненное состояние, проявляющееся физическими и психическими расстройствами; В) нарушение анатомической целостности или функционального состояния ткани, органа или части тела, вызванное внешним воздействием.
8. Травматический шок - это ... А) уменьшение или полное прекращение двигательной активности организма или отдельного органа; Б) аллергическая реакция немедленного типа, возникающая при повторном введении в организм аллергена; В) остро развивающееся и угрожающее жизни патологическое состояние, обусловленное недостаточностью газообмена в легких, резким снижением содержания в организме кислорода и накоплением углекислоты; Г) синдром, возникающий при тяжелых травмах; характеризуется критическим снижением кровотока в тканях, сопровождается клинически выраженными нарушениями кровообращения и дыхания.
9. Используя приведенный перечень, буквами обозначьте порядок первой помощи при вывихе: А. Дать анальгетик. Б. Наложить тугую повязку или шину. В. Пострадавшего уложить или усадить. Г. Приложить холод к поврежденной конечности. Д. Доставить пострадавшего в больницу. Е. Вызвать Скорую помощь.
10. Каковы основные признаки наружного кровотечения? а) медленное и тягучее кровотечение; б) быстрое и пульсирующее кровотечение; в) сильная боль в поврежденной части тела; г) кровь ярко-красного цвета; д) кровь темно-красного цвета.

Устный опрос , примерные вопросы:

1. Первая медицинская помощь при ушибах.
 2. Первая медицинская помощь при растяжениях и разрывах связок.
 3. Первая медицинская помощь при вывихах (плеча, предплечья, кисти, бедра, голени, стопы, ключицы, нижней челюсти).
 4. Последовательность действий при оказании первой помощи в случае открытых переломов конечностей.
 5. Последовательность действий при оказании первой помощи в случае закрытых переломов конечностей.
 6. Первая помощь при переломах позвоночника и тазовых костей.
 7. Первая помощь при переломах костей черепа, костей лицевого черепа.
 8. Последовательность действий первой помощи при травматическом шоке.
 9. Способы транспортной иммобилизации при травмах черепа, туловища и конечностей.
- Тема 2. Первая помощь при открытых повреждениях (кровотечениях).
1. Классификация ран, их клинические признаки.
 2. Понятие об асептике и антисептике.
 3. Понятие о кровотечении, виды кровотечений.
 4. Способы временной остановки артериального кровотечения. Правила наложения кровоостанавливающего жгута.
 5. Способы остановки венозного и капиллярного кровотечения.
 6. Первая помощь при кровотечении из носа, уха; при легочном, желудочно-кишечном (внутреннем) кровотечении.
 7. Правила транспортировки больных с ранениями.
 8. Первая помощь при ранениях живота, головы, грудной клетки.

Тема 2. Первая медицинская помощь при внезапных заболеваниях и отравлениях.

Реферат , примерные вопросы:

1. Предупреждение заболеваний и первая помощь при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. 2. Предупреждение заболеваний и первая помощь при заболеваниях пищеварительной системы. 3. Предупреждение заболеваний и первая помощь при заболеваниях мочевыделительной системы. 4. Аллергические заболевания. Причины и признаки возникновения аллергических реакций. 5. Наследственные болезни детей. 6. Заболевания опорно-двигательного аппарата. 7. Заболевания нервной системы. 8. Нарушения обмена веществ. 9. Комы: признаки, классификация, причины развития ком при разных заболеваниях, первая помощь. 10. Онкологические заболевания. 11. Виды и профилактика плоскостопия у детей.

Тестирование , примерные вопросы:

1. Боли за грудиной сжимающего характера, продолжительностью 10 мин, купируемые нитроглицерином, характерны для: А) инфаркта миокарда; Б) сердечной астмы; В) инсульта; Г) стенокардии. 2. При гипогликемической коме кожные покровы у больного: А) сухие, со следами расчесов; Б) влажные, бледные; В) влажные, с высыпаниями в виде крапивницы; Г) сухие, горячие на ощупь. 3. Продолжите предложение: Коллапс - это ... 4. Выделите признаки сердечной астмы: А) тяжелая одышка, которая сменяется удушьем; Б) потеря сознания; В) кашель в начале приступа сухой, затем выделяется много бесцветной, розовой или с примесью крови пенистой мокроты; Г) лицо бледное или синюшное, покрытое испариной. 5. У вашего знакомого случился обморок. Какова последовательность ваших действий? 6. Возникновение приступа кратковременной потери сознания, чаще в молодом возрасте, снижение артериального давления, бледность кожных покровов - характерные признаки: А) коллапса; Б) обморока; В) истерического припадка; Г) эпилептического припадка. 7. Для инфаркта миокарда характерна: А) ноющая постоянная боль в области сердца; Б) приступообразная боль в области сердца, продолжительностью до 5 мин; В) выраженная боль за грудиной, продолжительностью более получаса; Г) периодическая колющая боль в области верхушки сердца. 8. Неотложная помощь при печеночной колике состоит во введении: А) дибазола, валидола; Б) димедрола, супрастина; В) аспирина, парацетамола; Г) тропина, баралгина. 9. Риск развития гипертонической болезни повышает: А) пребывание в душном помещении; Б) эмоциональное перенапряжение; В) умеренная физическая нагрузка; Г) резкое похудание. 10. "Острый живот" характеризуется: а) кратковременной болью; б) постоянной болью; в) мягким животом; г) напряжением мышц живота.

Устный опрос , примерные вопросы:

1. Строение сердечно-сосудистой системы. Особенности строения сердца у детей. 2. Понятие о сердечном цикле. 3. Характеристика сердечно-сосудистых заболеваний и особенности оказания первой медицинской помощи. 4. Оказание первой медицинской помощи при аллергических реакциях. 5. Оказание первой медицинской помощи при заболеваниях нервной системы. 6. Значение пищеварения. Общий план строения пищеварительной системы. 7. Строение мочевыделительной системы. 8. Первая медицинская помощь при расстройствах пищеварения и мочевого выделения. 9. Понятие об отравлении. Классификация острых отравлений и ядов. 10. Причины отравления у детей. 11. Пути проникновения яда в организм человека. 12. Общие принципы диагностики отравлений. 13. Первая медицинская помощь при пищевых отравлениях. 14. Примеры распространенных отравлений: угарным газом, грибами, ядохимикатами, лекарственными препаратами, ядовитыми растениями, алкоголем.

Тема 3. Основы микробиологии, иммунологии и эпидемиологии. Профилактика инфекционных заболеваний.

Реферат , примерные вопросы:

1. Характеристика инфекционных заболеваний среди детей и взрослых. 2. Характеристика кишечных инфекций. 3. Иммуитет. Средства повышения иммунитета. 4. Инфекционные болезни в современном обществе.

Тестирование , примерные вопросы:

1. Переносчиками инфекционных заболеваний являются ... а) волк; б) крыса; в) клоп постельный; г) клещ. 2. Введение специфической сыворотки с готовыми антителами обеспечивает человеку _____ иммунитет. а) искусственный активный; б) естественный пассивный; в) искусственный пассивный; г) естественный активный. 3. Устранение источника инфекции не связана с ... а) иммунизацией населения; б) выявлением больных и носителей бактерий; в) использованием противомикробных средств; г) проведением карантина. 4. Развернутая картина течения инфекционного заболевания характерна для периода ... а) латентного; б) разгара; в) начального; г) разрешения. 5. К звеньям эпидемического процесса не относятся (-ится) ... а) источник возбудителя инфекционного заболевания; б) восприимчивый человек к возбудителю; в) симптомы; г) пути передачи. 6. Противоэпидемические мероприятия, направленные на пресечение путей распространения инфекции, включают: а) выявление больных и бактерионосителей, их изоляцию и лечение; б) изоляцию и лечение больных; в) карантин и обсервацию; г) иммунизацию и обследование населения. 7. Активная иммунизация вакциной БЦЖ, начиная с 5-7 дней жизни с последующими ревакцинациями, проводится против ... а) коклюша; б) дифтерии; в) туберкулеза; г) столбняка. 8. В основе иммунопрофилактики лежит создание _____ иммунитета. а) врожденного; б) искусственно приобретенного; в) естественно приобретенного; г) видового. 9. Комплекс мероприятий по обработке с применением антимикробных средств помещений, оборудования и различных предметов с целью уничтожения возбудителей инфекционных заболеваний человека называется ... а) дератизацией; б) демутиацией; в) дезинсекцией; г) дезинфекцией. 10. Ранняя диагностика туберкулеза проводится: а) БЦЖ; б) реакцией Манту; в) флюорографией; г) реакцией Пирке.

Устный опрос , примерные вопросы:

1. Раскрытие понятий: инфекция, инфекционный процесс, эпидемиологический процесс. 2. Возбудители инфекционных заболеваний. 3. Признаки инфекционных заболеваний. 4. Основные факторы и закономерности инфекционного и эпидемиологического процесса. 5. Понятие об иммунитете. Виды иммунитета. 6. Противоэпидемические мероприятия. 7. Профилактика инфекционных заболеваний в детских коллективах. 8. Характеристика детских инфекционных заболеваний. 9. Гельминтозы.

Тема 4. Реанимация. Неотложная помощь в критических ситуациях.

Тестирование , примерные вопросы:

1. Наиболее частыми причинами острой недостаточности кровообращения являются ... а) шок; б) пороки сердца; в) острая кровопотеря; г) анемии. 2. После промывания желудка назначают голодную диету сроком на _____ дня (-ей). а) 10; б) 3-4; в) 1,5-2; г) 5-6. 3. При наступлении клинической смерти зрачок ... а) расширен и на свет не реагирует; б) сужен и реакция на свет сохранена; в) сужен, реакция на свет отсутствует; г) расширен и реакция на свет сохранена. 4. Показаниями к непрямому массажу сердца являются ... а) отсутствия сознания; б) бледность кожных покровов; в) фибрилляция желудочков; г) внезапная остановка сердца. 5. Необходимость проведения первичных реанимационных мероприятий при внезапной клинической смерти не зависит от ... а) времени, прошедшего после констатации клинической смерти; б) квалификации спасателя; в) последовательности выполнения оживления; г) причины клинической смерти. 6. В основе механизма развития отморожения лежат ... а) нарушение кровообращения; б) изменение чувствительности кожи в холодное время года; в) повышение артериального давления; г) длительный спазм сосудов. 7. Оказание первой медицинской помощи при острых отравлениях включает такие манипуляции, как ... а) промывание желудка; б) применение противосудорожных препаратов; в) ингаляции кислородом; г) восстановление и поддержание жизненных функций дыхания и сердцебиения. 8. Оптимальное количество участников реанимации - _____ человек (-а). а) два; б) четыре; в) три; г) один. 9. К мерам профилактики ужаления относится одежды ... а) из ярких пестрых тканей; б) белого, зеленого и коричневого цветов; в) свободного кроя; г) с цветочным рисунком. 10. Какова частота выдохов спасателя при выполнении искусственного дыхания? а) 8 вдохов в мин; б) 12 вдохов в мин; в) 20 вдохов в мин; г) 25 вдохов в мин.

Устный опрос , примерные вопросы:

1. Понятие о реанимации, сердечно-легочной реанимации.
2. Понятие о терминальном состоянии.
3. Причины развития терминального состояния.
4. Основные методы реанимационных мероприятий.
5. Техника выполнения искусственной вентиляции легких.
6. Техника выполнения непрямого массажа сердца.
7. Противопоказания к проведению реанимации.
8. Ситуации, требующие проведения реанимационных мероприятий.
9. Особенности реанимационных мероприятий для детей.
10. Понятие о прекардиальном ударе.

Тема 5. Основы здорового образа жизни.

Реферат , примерные вопросы:

1. Здоровьесберегающие образовательные технологии.
2. Климат и здоровье человека.
3. Питьевая вода и здоровье человека.
4. Болезни современного города.
5. Витамины и их применение.
6. Влияние погоды на здоровье людей.
7. Физическая культура школьников.
8. Физическая культура работников умственного труда.
9. Роль учителя в воспитании культуры здоровья школьников.
10. Вегетарианство и сыроедение.
11. Сон, его значение в жизни человека.
12. Нарушения сна.
13. Основы сексуального здоровья, профилактика сексуального здоровья.
13. Мотивация и здоровье.

Устный опрос , примерные вопросы:

1. Понятие здорового образа жизни.
2. Составляющие здорового образа жизни.
3. Гиподинамия и гипердинамия. Влияние на детский организм.
4. Режим труда и отдыха.
5. Влияние закаливания на детский организм.
6. Правила личной гигиены.
7. Режим питания.
8. Психологическое здоровье.
9. Влияние вредных привычек на детский организм.
10. Профилактика табакокурения, алкоголизма, наркомании.

Итоговая форма контроля

зачет (в 3 семестре)

Примерные вопросы к итоговой форме контроля

1. Основные принципы оказания первой медицинской помощи.
2. Понятие и виды здоровья. Причины низкого уровня здоровья населения.
3. Роль учителя в укреплении и сохранении здоровья, профилактики заболеваний у школьников.
4. Особенности оказания первой медицинской помощи при закрытых травмах. Понятие о транспортной иммобилизации.
5. Последовательность действий при оказании первой помощи в случае открытых переломов.
6. Осуществление транспортной иммобилизации при повреждениях таза и нижних конечностей.
7. Типовые и подручные средства транспортной иммобилизации.
8. Общие принципы оказания первой помощи при травматическом шоке.
9. Понятие о ране, ее основные признаки. Классификации ран.
10. Задачи и общие принципы оказания первой медицинской помощи при ранениях.
11. Характеристика различных видов кровотечений. Способы временной остановки кровотечений.
12. Общие правила наложения кровоостанавливающего жгута, жгута-закрутки.
13. Основные правила наложения бинтовых повязок на различные части тела.
14. Основные причины отравлений. Классификация отравлений.
15. Особенности оказания первой помощи при отравлении лекарственными препаратами, алкоголем, угарным газом, пищевыми продуктами.
16. Особенности оказания первой помощи при несчастных случаях.
17. Последовательность выполнения мероприятий первой помощи при тепловом и солнечном ударе.
18. Особенности оказания первой помощи детям при сотрясении и ушибах головного мозга.
19. Особенности оказания первой медицинской помощи при укусах ядовитых животных.

20. Особенности оказания первой помощи при термических, химических и электрических ожогах.
21. Особенности первой помощи при возникновении эпилептического и истерического припадков.
22. Профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, сколиоза, лордоза, кифоза).
23. Причины возникновения обморока, коллапса и меры оказания первой помощи.
24. Причины, признаки и принципы оказания первой помощи больному с анафилактическим шоком.
25. Причины развития и основные симптомы инсульта. Особенности оказания первой помощи при инсульте.
26. Причины развития, основные симптомы и особенности оказания первой помощи при инфаркте миокарда.
27. Причины развития, основные симптомы и особенности оказания первой помощи при стенокардии.
28. Причины развития, основные симптомы и особенности оказания первой помощи при бронхиальной астме.
29. Особенности оказания первой помощи при возникновении ложного и истинного крупа у детей.
30. Роль взрослых в профилактике уличного и школьного травматизма.
31. Общие признаки инфекционных заболеваний. Группы микроорганизмов, распространенных в природе.
32. Способы передачи возбудителей инфекции. Примеры.
33. Понятие об инфекционном и эпидемическом процессе. Варианты развития эпидемического процесса.
34. Характеристика детских кишечных инфекций. Причины развития, основные признаки и профилактика кишечных инфекций.
35. Характеристика инфекций дыхательных путей. Клинические проявления, механизмы передачи, осложнения, профилактика.
36. Общая характеристика гельминтов. Основные признаки глистных инвазий.
37. Понятие об иммунитете. Неспецифические и специфические механизмы иммунитета.
38. Сердечно-легочная реанимация. Техника выполнения искусственной вентиляции легких и наружного массажа сердца.
39. Основные виды действия лекарственных средств. Правила применения и хранения лекарственных средств.
40. Общие правила применения лекарственных средств. Содержание автомобильных, домашних и походных аптечек.
41. Определение понятия "здоровый образ жизни" и его основные компоненты.
42. Виды, значение, правила организации и проведения закаливания.
43. Связь питания и здоровья. Рациональное и сбалансированное питание.
44. Значение в питании человека белков, жиров, углеводов, витаминов, минеральных веществ и воды.
45. Токсикомания. Роль педагога в профилактике токсикомании среди школьников.
46. Алкоголизм. Влияние алкоголя на здоровье. Профилактика алкоголизма у детей.
47. Наркомания. Влияние наркотиков на здоровье человека. Достоверные признаки применения подростками наркотиков. Профилактика наркомании.
48. Никотинизация. Влияние никотина и его составных частей на здоровье человека. Профилактика табакокурения.
49. Факторы распространения и меры профилактики венерических заболеваний.
50. ВИЧ-инфекция. СПИД. Пути заражения, основные признаки, профилактика заболевания.

7.1. Основная литература:

1. Безопасность жизнедеятельности. Оказание доврачебной помощи при несчастных случаях: учебно-метод. пособие / Новосиб. гос. аграр. ун-т, Инженер. ин-т; сост.: Н.Н. Подзорова, В.А. Понуровский, Н.И. Мармулева, Е.Л. Дзю. - Новосибирск: Изд-во НГАУ, 2013. - 123 с. - URL: <http://znanium.com/bookread2.php?book=516476>
2. Прохорова Э.М. Валеология: учеб. пособие / Э.М. Прохорова. - Российский государственный университет туризма и сервиса (ГОУВПО 'РГУТИС'). - М.: ИНФРА-М, 2014. - 255 с. - URL: <http://znanium.com/bookread2.php?book=437288>
3. Хватова Н.В. Неотложные состояния при заболеваниях внутренних органов. Симптомы. Первая помощь. Профилактика инфекционных заболеваний: учебное пособие для студентов педагогических вузов, обучающихся по направлению 'Педагогическое образование' ФГОС ВПО / Н.В. Хватова. - М.: МПГУ, 2012. - 92 с. - URL: <http://znanium.com/bookread2.php?book=759881>

7.2. Дополнительная литература:

1. Волокитина Т.В. Основы медицинских знаний: учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений / Т.В. Волокитина, Г.Г. Бральнина, Н.И. Никитинская. - М.: Академия, 2008. - 224 с. - 261-80. (45 экз.).
2. Тен Е.Е. Основы медицинских знаний: учебник / Е.Е. Тен. - М.: Академия, 2005. - 256 с. - 136-00. (10 экз.).
3. Ткаченко В.С. Основы социальной медицины: учеб. пособие / В.С. Ткаченко. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: 'Дашков и К', 2013. - 472 с. - 190-00. (15 экз.).
4. Чумаков Б.Н. Основы здорового образа жизни: учебное пособие / Б.Н. Чумаков. - М.: Педагогическое об-во России, 2004. - 416 с. - 117-00. (8 экз.).

7.3. Интернет-ресурсы:

Все о первой помощи - <http://allfirstaid.ru/>

Десмургия. Википедия -

<http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%94%D0%B5%D1%81%D0%BC%D1%83%D1%80%D0%B3%D0%B8%D0%9A>

Медицинский сайт - категория Первая помощь - https://medlec.org/Pervaya_pomoshch/

Оказание первой медицинской помощи при травмах -

http://www.uhlib.ru/medicina/osnovy_medicinskih_znaniy_posobie_dlja_sdachi_yekzamena/p8.php

Первая медицинская помощь - <http://pervaya-pomoshh.net/>

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля)

Освоение дисциплины "Основы медицинских знаний и здорового образа жизни" предполагает использование следующего материально-технического обеспечения:

Мультимедийная аудитория, вместимостью более 60 человек. Мультимедийная аудитория состоит из интегрированных инженерных систем с единой системой управления, оснащенная современными средствами воспроизведения и визуализации любой видео и аудио информации, получения и передачи электронных документов. Типовая комплектация мультимедийной аудитории состоит из: мультимедийного проектора, автоматизированного проекционного экрана, акустической системы, а также интерактивной трибуны преподавателя, включающей тач-скрин монитор с диагональю не менее 22 дюймов, персональный компьютер (с техническими характеристиками не ниже Intel Core i3-2100, DDR3 4096Mb, 500Gb), конференц-микрофон, беспроводной микрофон, блок управления оборудованием, интерфейсы подключения: USB, audio, HDMI. Интерактивная трибуна преподавателя является ключевым элементом управления, объединяющим все устройства в единую систему, и служит полноценным рабочим местом преподавателя. Преподаватель имеет возможность легко управлять всей системой, не отходя от трибуны, что позволяет проводить лекции, практические занятия, презентации, вебинары, конференции и другие виды аудиторной нагрузки обучающихся в удобной и доступной для них форме с применением современных интерактивных средств обучения, в том числе с использованием в процессе обучения всех корпоративных ресурсов. Мультимедийная аудитория также оснащена широкополосным доступом в сеть интернет. Компьютерное оборудование имеет соответствующее лицензионное программное обеспечение.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "ZNANIUM.COM", доступ к которой предоставлен студентам. ЭБС "ZNANIUM.COM" содержит произведения крупнейших российских учёных, руководителей государственных органов, преподавателей ведущих вузов страны, высококвалифицированных специалистов в различных сферах бизнеса. Фонд библиотеки сформирован с учетом всех изменений образовательных стандартов и включает учебники, учебные пособия, УМК, монографии, авторефераты, диссертации, энциклопедии, словари и справочники, законодательно-нормативные документы, специальные периодические издания и издания, выпускаемые издательствами вузов. В настоящее время ЭБС ZNANIUM.COM соответствует всем требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего профессионального образования (ФГОС ВПО) нового поколения.

Для обеспечения данной дисциплины необходимы:

1. Аудитория, оборудованная мультимедийной системой для демонстрации отдельных тем.
2. Тренажер "Максим" для проведения реанимационных мероприятий.
3. Учебно-методические и электронные пособия (учебники, программы, пособия для самостоятельной работы, сборники упражнений, атласы).
4. Наглядные пособия: комплект учебных видеофильмов, диски по оказанию первой медицинской помощи при травмах, неотложных состояниях, внезапных заболеваниях, по формированию культуры здоровья.
5. Медицинские средства для оказания первой медицинской помощи (муляжи для инъекций, шприцы, кровоостанавливающие жгуты, стандартные шины для транспортной иммобилизации, марлевые и эластичные бинты, косынки, антисептики).
6. Средства по уходу за больными: вакуумные банки, тонометры, фонендоскопы, медицинская аптечка.
7. Плакаты и таблицы по первой медицинской помощи.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВПО и учебным планом по направлению 44.03.01 "Педагогическое образование" и профилю подготовки Физическая культура .

Автор(ы):

Леонтьева И.А. _____

"__" _____ 201__ г.

Рецензент(ы):

Гафиятуллина Э.А. _____

"__" _____ 201__ г.