

АННОТАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.Б.12 ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

1 Цели и задачи изучения дисциплины

1.1 Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» является:

- обеспечение студентов знаниями в области здорового образа жизни и факторах, влияющих на здоровье;
- развитие умений оценивать текущее состояния здоровья пострадавшего при возникновении различных экстремальных ситуациях и оказания первичной медицинской помощи.

1.2 Задачи дисциплины

Изучение дисциплины «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» направлена на формирование у студентов следующей компетенций: ОК-9 способность использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций. В соответствие с этим ставятся следующие задачи дисциплины:

- формирование практических умений и знаний у студентов о методах оценки количества и качества здоровья человека;
- развитие положительной мотивации сохранения и укрепления собственного здоровья через овладение принципами здорового образа жизни;
- ознакомление студентов с организационными формами отечественного здравоохранения и медицинского обслуживания школьников;
- формирование у студентов навыков по уходу за больными на дому;
- ознакомление с наиболее часто встречающимися неотложными состояниями и привитие практических навыков оказания первой помощи.

1.3 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» относится к базовой части профессионального цикла. Для освоения дисциплины студенты используют знания, умения и виды деятельности, сформированные в процессе изучения предметов «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», «Психология».

Знания по дисциплине «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» служат теоретической и практической основой для освоения ряда дисциплин: «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности», «Психология», «Педагогика».

1.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование компетенций: ОК-9 способность использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций.

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
1.	ОК-9	способность использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	- определение понятий здоровья, болезни, промежуточного состояния, индивидуального и популяционного здоровья; - показатели индивидуального и популяционного здоровья, характеристику групп здоровья; - определение эпидемии, пандемии, спорадической заболеваемости, инфекционного и эпидемического процесса, возбудителя и источника инфекционного заболевания; - определение иммунитета, виды иммунитета, основные иммунопрепараты, противопоказания и показания к применению основных видов иммунопрепаратов; - источник заболевания, пути передачи, факторы риска, признаки отдельных заболеваний; - понятие дезинфекции, дезинсекции, дератизации. Виды, методы. Понятие карантина; - неотложные состояния при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, при заболеваниях дыхательной системы, при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, при заболеваниях эндокринной системы. - основные принципы восстановления дыхательной и сердечно-сосудистой	- использовать полученные теоретические и практические навыки для организации образовательного процесса с использованием современных средств здоровьесберегающих технологий; - оказать первую медицинскую помощь при обмороке, гипертоническом кризе, при приступе бронхиальной астмы, ложного крупа, при остром пищевом отравлении, при гипогликемической коме; - выполнять простейшие приемы реанимации; - останавливать кровотечения различными способами; - оказать первую помощь при ушибах, растяжениях, переломах и термических повреждениях; - формулировать и обосновывать роль различных факторов в возникновении вредных привычек у детей и подростков.	- навыками проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца; - навыками определения повреждений и оказания первой медицинской помощи; - навыками наложения жгута при артериальном кровотечении; - навыками обработки раны и наложения асептической повязки.

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
			деятельности; - признаки ран, кровотечений, кровопотери; - признаки ушибов мягких тканей, растяжений и разрывов связок; - признаки переломов костей, особенности переломов у детей; - признаки и опасности ожогов, отморожений; - принципы оздоровления и укрепления здоровья человека с использованием природных факторов; - понятие вредных привычек, основные группы психоактивных веществ, факторы и группы риска; - факторы риска и группы риска заражения венерическими заболеваниями, основные симптомы и особенности течения венерических заболеваний, основные методы профилактики болезней, передающихся половым путем; - законодательные основы охраны здоровья детей в РФ.		

2 Структура и содержание дисциплины

2.1 Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 2 зач. ед. (72 часа), их распределение по видам работ представлено в таблице (для студентов ОФО).

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры (часы)
		2
Контактная работа, в том числе	34,2	34,2

Аудиторные занятия (всего):		32	32
Занятия лекционного типа		16	16
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)		16	16
Лабораторные занятия		-	-
Иная контактная работа:		2,2	2,2
Контроль самостоятельной работы (КСР)		2	2
Промежуточная аттестация (ИКР)		0,2	0,2
Самостоятельная работа (всего)		37,8	37,8
Курсовая работа		-	-
Проработка учебного (теоретического) материала		17	17
Выполнение индивидуальных заданий (подготовка сообщений, презентаций)		-	-
Реферат		10,8	10,8
Подготовка к текущему контролю		4	4
Контроль:		-	-
Подготовка к экзамену		-	-
Общая трудоемкость	час.	72	72
	в том числе контактная работа	34,2	34,2
	зач. ед.	2	2

2.2 Структура дисциплины

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.
Разделы дисциплины, изучаемые в 2 семестре (очная форма)

№	Наименование разделов	Всего	Количество часов			
			Аудиторная работа			Внеаудиторная работа
			ЛК	ПЗ	ЛР	СР
1	Основные понятия и определения дисциплины. Цель и задачи основ медицинских знаний и здорового образа жизни. Здоровье, предболезнь, болезнь и профилактика	8	2	2	-	4
2	Организация здравоохранения	6	2	-	-	4
3	Основные понятия и законы экологии человека	6	2	-	-	4
4	Биологический потенциал здоровья	8	2	2	-	4
5	Понятие о микробиологии, иммунологии и эпидемиологии. Меры профилактики инфекционных заболеваний.	10	2	2	-	6

6	Понятие о неотложных состояниях. Причины и факторы, их вызывающие. Диагностика и приемы первой медицинской помощи при неотложных состояниях	10	2	4	-	4
7	Характеристика детского травматизма и его профилактика	8	-	4	-	4
8	Медико-социальные проблемы наркотизма и инфекции вируса иммунодефицита человека	7	2	2	-	3
9	Роль школы и семьи в сохранении здоровья	6,8	2	-	-	4,8
	Итого по дисциплине:	69,8	16	16	-	37,8

Примечание: ЛК – лекции, ПЗ – практические занятия / семинары, ЛР – лабораторные занятия, СР – самостоятельная работа студента.

2.3 Примерная тематика курсовых работ

Курсовые работы не предусмотрены учебным планом.

3 Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

3.1 Основная литература

1. [Бажук, О. В. Педагогическая профилактика профессионального здоровья студентов на основе ресурсного подхода \[Электронный ресурс\] : монография / О. В. Бажук. – М. : ФЛИНТА, 2015. – 115 с. : табл., схем. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272510.](http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272510)
2. [Гайворонский, И. В. Анатомия здорового и нездорового образа жизни \[Электронный ресурс\] / И. В. Гайворонский, П. К. Яблонский, Г. И. Ничипорук. – СПб. : СпецЛит, 2014. – 183 с. : ил. – Библиогр. в кн. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=253739.](http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=253739)
3. [Кувшинов, Ю. А. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни \[Электронный ресурс\] : учебное пособие / Ю. А. Кувшинов. – Кемерово : КемГУКИ, 2013. – 183 с. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=275372&sr=1.](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=275372&sr=1)
4. [Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебное пособие для бакалавров / М. Н. Мисюк. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Юрайт, 2013. – 431 с. – \(Бакалавр. Базовый курс\).](#)
5. Митяева, А. М. Здоровьесберегающие педагогические технологии : учебное пособие / А. М. Митяева. – 3-е изд. – М. : Академия, 2012. – 208 с. – (Высшее профессиональное образование. Бакалавриат).
6. [Современные образовательные технологии \[Электронный ресурс\] / Л. Л. Рыбцова \[и др.\] ; под общ. ред. Л. Л. Рыбцовой. – Екатеринбург : Издательство Уральского университета, 2014. – 93 с. : ил. – Библиогр. в кн. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=276535.](http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=276535)
7. [Тулякова, О. В. Состояние здоровья, физическое и психическое развитие детей в зависимости от различных факторов \[Электронный ресурс\] : монография / О. В. Тулякова. – М. : Директ-Медиа, 2013. – 333 с. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=229844.](http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=229844)

3.2 Дополнительная литература

1. Гигиена и экология человека [Электронный ресурс] : учебное пособие / под общ. ред.: И. И. Бурака, С. И. Сычика, Л. М. Шевчук. – Минск : Вышэйшая школа, 2015. – 272 с. : ил. – Библиогр. в кн. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=449968>.
2. Ильиных, И. А. Экология человека [Электронный ресурс] : учебное пособие / И. А. Ильиных. – М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. – 299 с. : ил. – Библиогр. в кн. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429414>.
3. Тулякова, О. В. Влияние аэротехногенного загрязнения урбанизированной территории на физическое, психическое развитие и состояние здоровья детского населения [Электронный ресурс] / О. В. Тулякова. – М. : Директ-Медиа, 2014. – 405 с. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=235804>.
4. Чуприна, Е. В. Здоровый образ жизни как один из аспектов безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учебное пособие / Е. В. Чуприна, М. Н. Закирова. – Самара : Самарский государственный архитектурно-строительный университет, 2013. – 216 с. : ил. – Библиогр. в кн. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=256099>.
5. Щанкин, А. А. Курс лекций по региональным особенностям экологии человека [Электронный ресурс] : учебное пособие / А. А. Щанкин. – М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. – 75 с. – Библиогр. в кн. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362687>.
6. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учеб.-метод. пособие для студентов 1-го курса бакалавриата, обучающихся по направлениям: 44.03.01 Педагогическое образование (с одним профилем подготовки – Русский язык; Филологическое образование; Биология; Начальное образование; Физическая культура; Экономика); 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки – Информатика, Математика; Русский язык, Литература; Английский язык, Немецкий язык; Начальное образование, Дошкольное образование; Экономика, Право; История, Право); 44.03.02 Психолого-педагогическое образование; 44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование (профиль – Логопедия) очной, заочной форм обучения / авт.-сост. И. Л. Шишкина. – Славянск-на-Кубани : Филиал Кубанского гос. ун-та в г. Славянске-на-Кубани, 2017. – 84 с.

3.3 Периодические издания

1. Медико-биологические проблемы жизнедеятельности. – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1344235>.
2. Адаптивная физическая культура. – URL: <http://www.afkonline.ru/biblio.html>.
3. Вестник Новосибирского государственного университета. Серия: Биология, клиническая медицина. - URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=11920>.
4. Естественные науки : URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=9543>.
5. Здоровье. Медицинская экология. Наука. - URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=28351>.
6. Известия высших учебных заведений. Северо-Кавказский регион. Серия: Естественные науки. - URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=7362>.
7. Лечебная физкультура и спортивная медицина. - URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1377300>.
8. Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1585469>.
9. Теория и практика физической культуры. – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1513374>.
10. Физиология человека. – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1504633>.
11. Физическое воспитание и спортивная тренировка. – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1587742>.

4 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

4.1 Перечень информационных технологий

- Компьютерное тестирование по итогам изучения разделов дисциплины.
- Проверка домашних заданий и консультирование посредством электронной почты.
- Использование электронных презентаций при проведении практических занятий.

4.2 Перечень необходимого программного обеспечения.

1. Офисный пакет приложений «Apache OpenOffice»
2. Приложение позволяющее просматривать и воспроизводить медиаконтент PDF-файлов «Adobe Acrobat Reader DC»
3. Программы, демонстрации видео материалов (проигрыватель) «WindowsMediaPlayer».
4. Программа просмотра интернет контента (браузер) «Google Chrome »
5. Программа просмотра интернет контента (браузер) «Mozilla Firefox»

4.3 Перечень информационных справочных систем:

1. Официальный интернет-портал правовой информации. Государственная система правовой информации [полнотекстовый ресурс свободного доступа]. – URL: <http://publication.pravo.gov.ru>.
2. Официальная Россия. Сервер органов государственной власти Российской Федерации. – URL: <http://www.gov.ru>.
3. Справочно-правовая система «Консультант Плюс» : сайт. – URL: <http://www.consultant.ru>.
4. Федеральный центр образовательного законодательства : сайт. – URL: <http://www.lexed.ru>.
5. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования. – URL: <http://www.fgosvo.ru>.
6. Научная электронная библиотека статей и публикаций «eLibrary.ru» : российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины, образования [база данных Российского индекса научного цитирования] : сайт. – URL: <http://elibrary.ru>.
7. Scopus : международная реферативная и справочная база данных цитирования рецензируемой литературы [научные журналы, книги, материалы конференций] (интерфейс – русскоязычный, публикации – на англ. яз.) : сайт. – URL: <https://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic>.
8. Web of Science (WoS, ISI) : международная аналитическая база данных научного цитирования [журнальные статьи, материалы конференций] (интерфейс – русскоязычный, публикации – на англ. яз.) : сайт. – URL: <http://webofknowledge.com>.
9. Энциклопедиум [Энциклопедии. Словари. Справочники : полнотекстовый ресурс свободного доступа] // ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» : сайт. – URL: <http://enc.biblioclub.ru/>.
10. ГРАМОТА.РУ : справочно-информационный интернет-портал. – URL: <http://www.gramota.ru>.
11. СЛОВАРИ.РУ. Лингвистика в Интернете : лингвистический портал. – URL: <http://slovari.ru/start.aspx?s=0&p=3050>.

12. Словарь финансовых и юридических терминов [полнотекстовый ресурс свободного доступа] // КонсультантПлюс : справочно-правовая система : сайт. – URL: http://www.consultant.ru/law/ref/ju_dict.

13. Электронный каталог Кубанского государственного университета и филиалов. – URL: <http://212.192.134.46/MegaPro/Web/Home/About>.

14. Calend.ru. Календарь событий : информационно-справочный ресурс. – URL: <http://www.calend.ru/>.

Автор-составитель: Гожко А.А., канд. биол. наук, доцент кафедры физической культуры и естественно-биологических дисциплин