

АННОТАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.Б.11 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		36,2	36,2
Аудиторные занятия (всего):		34	34
Занятия лекционного типа		16	16
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)		18	18
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)		35,8	35,8
Курсовая работа		-	-
Проработка учебного (теоретического) материала		15	15
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	36,2	36,2
	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	4	-	4

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	18	-	35,8

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>.
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>.
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.
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>.
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>.

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