

**Аннотация дисциплины**  
**«Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»**

*Направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование*  
*(с двумя профилями подготовки)*  
**«География и Безопасность жизнедеятельности»**

**Объем трудоемкости:** 2 зачетных единицы ( 72 часа, из них – 36 часов аудиторной нагрузки: лекционных 14 ч., практических 22 ч.; 32 ч. самостоятельной работы, КСР-4). Контактная работа-40,2 часа.

**Цель дисциплины** получить необходимый объем знаний, навыков и представлений в области основ здорового образа жизни, сформировать мотивацию к здоровому образу жизни, создать ценностное отношение к здоровью и необходимость привития навыков здорового образа жизни у учащихся. овладеть навыками оказания первой медицинской помощи в чрезвычайных ситуациях, острых заболеваниях и травмах.

**Задачи дисциплины:**

- дать понятие о здоровом образе жизни, о современных понятиях здоровья и болезни
- изучение теоретических основ микробиологии, иммунологии и эпидемиологии
- освоение методов оказания первой медицинской помощи;
- формирование представлений о саморазрушении и мерах его предотвращения

Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» (Б.1.Б.12) в основной образовательной программе высшего профессионального образования по подготовке бакалавров включена в базовую часть профессионального цикла по направлению 44.03.05 Педагогическое образование **«География и Безопасность жизнедеятельности»**. Для ее изучения необходимы компетенции, формируемые при освоении таких дисциплин как «Психология», «Безопасности жизнедеятельности» и базовые знания, полученные при изучении школьных курсов Анатомия и физиология человека, биология. В процессе освоения данной дисциплины используются различные формы занятий: лекции, практические занятия, семинарские занятия, самостоятельные занятия и написание рефератов.

Изучение данной дисциплины направлено на формирование у обучающихся общепрофессиональных компетенций. Выпускник должен обладать следующими компетенциями:

- способность осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизиологических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся (ОК-9);
- готовность к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся (ОПК-6).

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями:

| №  | Индекс | Содержание компетенции                                                                                 | 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 | - теоретические основы защиты населения от последствий аварий катастроф, факторы риска, возникающие в окружающей среде и на производстве;                                                                                                                                                                                     | обобщать, критически и конструктивно анализировать, оценивать возникшую нестандартную ситуацию;                                                                                                                                                                                                                                   | способами прогнозирования и оценки возможных отрицательных последствий влияния, находящихся вблизи потенциально опасных объектов на окружающую среду и человека                                                          |
| 2. | ОПК-6  | Готовность к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся                                           | физиологические нормы и понятия здоровья и факторы, его определяющие ;основные показатели нарушения здоровья ребенка; симптомы инфекционных заболеваний и меры их профилактики; неотложные состояния, причины и факторы, их вызывающие, основные виды детского травматизма; признаки смерти, показания и методику реанимации; | – применять здоровье сберегающие технологии в учебном процессе; формировать культуру здорового образа жизни учащихся разных возрастных групп, применять функциональные способы коллективного оздоровления в учебном воспитательном процессе; оказать первую доврачебную помощь; применять меры профилактики детского травматизма, | навыками первой доврачебной помощи при неотложных состояниях; — навыками сохранения и укрепления здоровья учащихся; — навыками формирования мотивации здорового образа жизни индивидов, предупреждения вредных привычек. |

|  |  |  |                                                                                                                          |                                                       |  |
|--|--|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|--|
|  |  |  | принципы и составляющие здорового образа жизни; педагогические средства формирования здорового образа жизни обучающихся; | организовать правильную транспортировку пострадавших; |  |
|--|--|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|--|

### Структура и содержание дисциплины

Распределение трудоемкости дисциплины по видам работ

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

| Виды учебной деятельности                                                                                                                                         | Всего часов | Семестры |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|----------|
|                                                                                                                                                                   |             | 1        |
| Контактная работа, в том числе:                                                                                                                                   |             |          |
| Аудиторная работа:                                                                                                                                                | 36          | 36       |
| Занятия лекционного типа                                                                                                                                          | 14          | 14       |
| Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)                                                                                                        | 22          | 22       |
| Лабораторные занятия                                                                                                                                              |             |          |
| Иная контактная работа                                                                                                                                            |             |          |
| Контроль самостоятельной работы (КСР)                                                                                                                             | 4           | 4        |
| Промежуточная аттестация (ИКР)                                                                                                                                    | 0,2         | 0,2      |
| Самостоятельная работа:                                                                                                                                           |             |          |
| Рефераты                                                                                                                                                          | 5           | 5        |
| Самостоятельное изучение разделов – самоподготовка (проработка и повторение лекционного материала и литературы, подготовка к семинарским и практическим занятиям) | 16          | 16       |
| Подготовка к текущему контролю                                                                                                                                    | 10,8        | 10,8     |
| Контроль                                                                                                                                                          |             |          |
| Подготовка к экзамену                                                                                                                                             | -           | -        |
| Общая трудоемкость часов                                                                                                                                          | 72          | 72       |
| контактная работа                                                                                                                                                 | 40,2        | 40,2     |

|             |   |   |
|-------------|---|---|
| зач. единиц | 2 | 2 |
|-------------|---|---|

## 2.2 Структура дисциплины:

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.

| №  | Наименование разделов                                                                                    | Количество часов |                   |    |     |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-------------------|----|-----|
|    |                                                                                                          | ОФО              |                   |    |     |
|    |                                                                                                          | Всего            | Аудиторная работа |    | СРС |
|    |                                                                                                          |                  | Л                 | ПЗ |     |
| 1. | Основные понятия здорового образа жизни                                                                  | 6                | 2                 | 2  | 4   |
| 2. | Основы рационального питания                                                                             | 8                | 2                 | 2  | 4   |
| 3. | Профилактика табакокурения и злоупотребления алкоголем                                                   | 16               | 2                 | 4  | 3   |
| 4. | Понятие об инфекционных заболеваниях. Воздушно-капельные, кишечные и инфекции передаваемые половым путем | 18               | 2                 | 6  | 2   |
| 5. | Основные меры профилактики инфекционных заболеваний. Вакцинопрофилактика                                 | 8                | 2                 | 2  | 2   |
| 6. | Травмы. Виды травм. Оказание первой медицинской помощи при травмах и острых отравлениях                  | 10               | 2                 | 2  | 2   |
| 7  | Легочно-сердечная реанимация.                                                                            | 4                | 2                 | 2  | 2   |
| 8  | Формирование навыков здорового образа жизни                                                              | 8                | -                 | 2  | 2   |
|    | Итого                                                                                                    |                  |                   | 22 |     |

|  |  |  |    |  |    |
|--|--|--|----|--|----|
|  |  |  | 14 |  | 21 |
|--|--|--|----|--|----|

Интерактивные образовательные технологии, используемые в аудиторных занятиях: проблемная лекция, дискуссия, кейс-анализ, круглый стол, деловая игра.

Вид аттестации: зачет

Основная литература:

1. Назарова Е.Н., Жилов Ю.Д. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.- М. Озон,2013г.,192 с.
2. Бубнов В.Г.Основы медицинских знаний — М.: ООО «Издательство Астрель», 2004.— 252 с, 64 л. ил.

Автор: Бахметьева И.А., преподаватель кафедры дошкольной педагогики и психологии ФППК КубГУ