

# АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

## «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»

### 44.03.01 «Педагогическое образование»

#### 2 семестр

### 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цели освоения дисциплины - формирование у студентов систематизированных знаний в области обеспечения охраны жизни, сохранения, укрепления (восстановления) здоровья человека.

### 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Дисциплина «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» относится к базовой части учебного плана. Пререквизиты дисциплины: «Возрастная анатомия, физиология и гигиена».

### 3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения ОПОП

Код формируемых компетенций	Уровень освоения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине характеризующие этапы формирования компетенций (показатели освоения компетенции)
1	2	3
ПК-2	частичное освоение	Знать: -современные образовательные технологии, конкретные методики обучения учебным предметам. Уметь: -осуществлять анализ учебного материала при реализации учебных программ, определять структуру и содержание учебных занятий при реализации учебных программ. Владеть: -категориально-понятийным аппаратом современной теории и методики обучения, способами и технологиями диагностирования достижений обучающихся.
ОК-9	частичное освоение	Знать: - теоретические основы диагностики функционального состояния организма человека; -признаки неотложных состояний; -методы оказания первой медицинской помощи. Уметь: -распознавать признаки нарушения здоровья; -оказывать первую помощь при травмах, ранах, ожогах, кровотечениях; -проводить простейшие реанимационные действия.

		<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками проведения антропометрических измерений: определение пульса, артериального давления, спирометрии, остроты зрения, расчета суточного рациона питания, оказание неотложной помощи;</li> <li>- приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях.</li> </ul>
ОПК-6	полное освоение	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные термины, понятия и концепции формирования здоровья и ЗОЖ;</li> <li>- основные признаки нарушения здоровья ребенка;</li> <li>- принципы проведения профилактических мероприятий при возникновении инфекционных заболеваний в детских коллективах, основные принципы здорового образа жизни.</li> </ul> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать методы и способы профилактики соматических и инфекционных заболеваний;</li> <li>- использовать методы и средства оздоровления учащихся;</li> <li>- оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях.</li> </ul> <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способами сохранения и укрепления здоровья обучающихся;</li> <li>- навыками проведения антропометрических измерений;</li> <li>- приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях.</li> </ul>

#### **4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**Раздел 1. Предмет и содержание курса « Основы медицинских знаний и здорового образа жизни». Первая медицинская (доврачебная) помощь при неотложных состояниях и их характеристика.**

**Тема 1. Предмет и содержание курса. Первая медицинская (доврачебная) помощь при неотложных состояниях и их характеристика.**

Понятие о неотложных состояниях. Основные признаки неотложных состояний при заболевании или поражении сердечно - сосудистой системы. Оказание первой медицинской (доврачебной) помощи при неотложных состояниях сердечно – сосудистой системы. Первая медицинская (доврачебная) помощь при острой сосудистой и дыхательной недостаточности (обморок, коллапс, кома). Первая медицинская (доврачебная) помощь при повышении артериального давления, приступе стенокардии и инфаркте миокарда. Первая помощь при аллергических реакциях и судорожных



состояниях. Причины и признаки возникновения аллергических реакций. Первая помощь при возникновении крапивницы, скарлатины, сывороточной болезни, аллергической реакции немедленного типа. Причины и признаки возникновения судорожных состояний. Первая помощь при эпилептическом и истерическом припадках. Основные признаки неотложных состояний и заболеваний дыхательной системы. Первая медицинская (доврачебная) помощь при возникновении ложного крупа, приступа бронхиальной астмы.

## **Раздел 2. Уход за пострадавшими и больными.**

### **Тема 1. Определение физиологических показателей организма человека.**

Определение физиологических показателей организма человека. Определение числа дыхательных движений. Измерение артериального давления. Подсчет частоты пульса. Измерение температуры тела. Первая помощь ребенку при повышении температуры тела. Физиологические пробы определения здоровья. Проведение пробы Мартинэ. Определение физической работоспособности. Определение психологической устойчивости.

### **Тема 2. Меры воздействия на кровообращение.**

Меры воздействия на кровообращение. Постановка банок и горчичников. Баночный массаж. Правила применения грелки, пузыря со льдом и компрессов (согревающего, горячего, холодного, лекарственного). Применение лекарственных средств. Характеристика способов введения лекарственных средств в организм, их преимущества и недостатки. Составление домашней аптечки. Правила хранения и пользования.

## **Раздел 3. Первая медицинская помощь при травмах и повреждениях.**

### **Тема 1. Характеристика детского травматизма, особенности травм и повреждений у детей и подростков. Классификация травм, их структура.**

Особенности оказания первой медицинской помощи (доврачебной) детям при травме и повреждении. Меры профилактики детского травматизма. Первая медицинская (доврачебная) помощь при открытых и закрытых повреждениях. Признаки закрытых повреждений. Первая помощь при ушибах, вывихах, растяжениях и разрывах связок и мышц. Основы десмургии. Способы наложения бинтовых повязок. Признаки открытых и закрытых переломов. Первая медицинская (доврачебная) помощь при закрытых переломах верхней конечности. Способы и правила наложения транспортных шин из подручных средств при переломах верхней конечности. Бинтовая повязка при переломах верхней конечности и ключицы (повязка «Дезо»).

Первая медицинская (доврачебная) помощь при повреждениях позвоночника, головы, груди и живота. Первая помощь при сотрясении мозга, переломах костей свода черепа и черепно – лицевых ранениях, при попадании инородного тела в глаза, нос, уши, дыхательные пути. «Захват жизни». Первая помощь при закрытых и открытых повреждениях грудной клетки, живота и костей таза, при повреждении позвоночника. Первая помощь при переломах нижней конечности. Способы наложения бинтовых повязок (окклюзионной и «бублик»). Способы иммобилизации верхней и нижней конечностей транспортными шинами и подручными средствами. Способы транспортировки раненых. Первая помощь при ожогах, обморожениях, электротравмах, солнечном и тепловом ударах, утоплении, удушении.

### **Тема 2. Первая медицинская (доврачебная) помощь при ранениях и кровотечениях.**



Виды ран, их клинические признаки. Первая медицинская (доврачебная) помощь при ранениях различных частей тела и укусах животными и ядовитыми насекомыми. Первая медицинская (доврачебная) помощь при наружных и внутренних кровотечениях. Виды и признаки различных кровотечений. Способы остановки кровотечений методом пальцевого прижатия, максимального сгибания конечности, наложения давящей повязки, жгутом, жгутом - закруткой.

### **Тема 3. Терминальные состояния. Характеристика терминальных состояний.**

Характеристика терминальных состояний (агония, клиническая смерть, биологическая смерть). Принципы и методы реанимации. Подготовка пострадавшего к реанимации. Прекардиальный удар, искусственное дыхание по способу Сильвестра, «рот в рот», непрямой массаж сердца. Биологическая смерть, клиническая смерть, социальная смерть. Реанимационный алфавит. Основные признаки эффективной реанимации.

### **Раздел 4. Профилактика инфекционных заболеваний.**

#### **Тема 1. Основы микробиологии, иммунологии и эпидемиологии.**

Меры профилактики инфекционных болезней. Характеристика патогенных микроорганизмов: классификация, свойства, устойчивость к воздействию факторов внешней среды). Эпидемический процесс, его основные факторы и закономерности. Иммуитет и восприимчивость организма человека к инфекционным болезням. Противоэпидемические мероприятия и профилактика инфекционных заболеваний в детских коллективах. Календарь прививок. Профилактика кишечных инфекций. Инфекционный процесс и его закономерности.

#### **Тема 2. Инфекционные заболевания и их профилактика.**

Клиника и профилактика дизентерии, вирусного гепатита («А», «В», «С» и др.). Гельминтозы и их профилактика. Эпидемиология и профилактика сальмонеллезов, токсоинфекций, ботулизма. Профилактика детских воздушно – капельных инфекций. Клиника и профилактика дифтерии, скарлатины, коклюша, менингита, кори, краснухи, ветряной оспы, паротита, полиомиелита. Профилактика грибковых заболеваний кожи, чесотки, педикулеза. Профилактика инфекционных болезней, передающихся половым путем. ВИЧ - инфекция.

### **Раздел 5. Основы здорового образа жизни.**

#### **Тема 1. Формирование здорового образа жизни как биологическая и социальная проблема.**

Факторы жизнедеятельности, влияющие на его формирование. Философские, нравственные, этические аспекты здорового образа жизни. Формирование культуры здоровья, медицинской активности. Понятие «здоровье» и «здоровый образ жизни». Норма и патология. Здоровье и болезнь. Критерии здоровья. Движение, питание и здоровье. Режим и здоровье, его физиологическая основа. Социально – психологические аспекты здорового образа жизни. Здоровый ребенок в здоровой семье. Декларация ООН о правах ребенка.

#### **Тема 2. Стресс и его влияние на здоровье.**

Психолого – педагогические аспекты здорового образа жизни. Формирование мотиваций и установок на ЗОЖ. Учение Г. Селье. Понятие о стрессе и дистрессе. Их роль и значение для сохранения и укрепления здоровья. Возрастные аспекты здоровья. Традиционные и нетрадиционные методы оздоровления.

#### **Тема 3. Влияние курения, алкоголя и наркотиков на здоровье подростков и молодежи.**

Понятие о наркотиках. Наиболее распространенные и опасные для здоровья человека наркотики. Формирование наркотической зависимости. Влияние наркотиков на здоровье подростков и молодежи. Понятие о токсикомании, и ее основные проявления. Профилактика наркомании и токсикомании. Алкоголизм и стадии его развития. Последствия от злоупотребления алкоголем. Влияние табакокурения на здоровье человека.

## 5.ВИД АТТЕСТАЦИИ – 2 семестр зачёт (перееаттестация)

## 6. КОЛИЧЕСТВО ЗАЧЁТНЫХ ЕДИНИЦ – 2

Составил доцент кафедры БиГО *Каш* В.А. Калябин

Заведующий кафедрой БиГО *Грачёва* Е.П. Грачёва

Председатель учебно-методической  
комиссии направления *Артамонова* М.В. Артамонова

Директор института *Артамонова* М.В. Артамонова

