

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Владимирский государственный университет
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»
(ВлГУ)



УТВЕРЖДАЮ
Проректор
по образовательной деятельности
А.А.Панфилов
« 31 » 08 2020г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ
(наименование дисциплины)

Направление подготовки – 44.03.01 Педагогическое образование

Профиль/программа подготовки – Филологическое образование

Уровень высшего образования – академический бакалавриат

Форма обучения - очная

Семестр	Трудоемкость зач. ед./ час.	Лекции, час.	Практич. занятия, час.	Лаборат. работы, час.	СРС, час.	Форма промежуточной аттестации (экзамен/зачет/зачет с оценкой)
3	3/ 108	18	-	18	72	зачет
Итого	3/ 108	18	-	18	72	зачет

Владимир 2020

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Задачи курса:

- 1) изучить основные принципы формирования здорового образа жизни;
- 2) изучить механизмы адаптации организма;
- 3) изучить общие правила оказания первой медицинской (доврачебной) помощи в чрезвычайных ситуациях;
- 4) сформировать умения и навыки оказания первой медицинской (доврачебной помощи);
- 5) обеспечить усвоение знаний для рациональной организации учебного процесса;
- 6) сформировать у педагогов потребности, мотиваций, привычек здорового образа жизни;

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

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 (способность использовать современные методы и технологии обучения и диагностики)	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.
ПК-4 (способность использовать возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения)	частичное освоение	Знать: -основные методы использования образовательной среды для достижения личностных, предметных и метапредметных результатов обучения и обеспечения качества учебного процесса. Уметь: -формировать образовательную среду в целях достижения личностных, предметных и метапредметных результатов обучения, использовать образовательный потенциал социокультурной среды

<p>обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемых учебных предметов)</p>		<p>региона в преподавании биологии и географии.</p> <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> -содержательной интерпретацией и адаптацией теоретических знаний для решения образовательных задач; конструктивными умениями как одним из главных аспектов профессиональной культуры будущего учителя биологии и географии; материалом учебной дисциплины на уровне, позволяющем формулировать и решать задачи, возникающие в ходе учебной деятельности.
<p>ОК-9 (способность использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайной ситуации).</p>	<p>частичное освоение</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - теоретические основы диагностики функционального состояния организма человека; -признаки неотложных состояний; -методы оказания первой медицинской помощи. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> -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"> - навыками проведения антропометрических измерений: определение пульса, артериального давления, спирометрии, остроты зрения, расчета суточного рациона питания, оказание неотложной помощи; -приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях.
<p>ОПК-6 (готовность к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся)</p>	<p>полное освоение</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> -основные термины, понятия и концепции формирования здоровья и ЗОЖ; -основные признаки нарушения здоровья ребенка; -принципы проведения профилактических мероприятий при возникновении инфекционных заболеваний в детских коллективах, основные принципы здорового образа жизни. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> -использовать методы и способы профилактики соматических и инфекционных заболеваний; -использовать методы и средства оздоровления учащихся; -оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> -способами сохранения и укрепления здоровья обучающихся; - навыками проведения антропометрических измерений; - приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях.

4. ОБЪЕМ И СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

Трудоёмкость дисциплины составляет 3 зачетных единиц, 108 часов

№ п/п	Наименование тем и/или разделов/тем дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоёмкость (в часах)				Объем учебной работы, с применением интерактивных методов (в часах / %)	Формы текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные	СРС			
1	Содержание курса «Основы медицинских знаний, здорового образа жизни» Первая медицинская (доврачебная) помощь при неотложных состояниях и их характеристика	3	1-2	2		2	10	2; 50%		
2	Уход за пострадавшими и больными	3	3	2		2	10	2; 50%		
3	Первая медицинская (доврачебная) помощь при травмах и повреждениях	3	4-9	6		8	20	7; 50%	Рейтинг-контроль №1	
4.	Профилактика инфекционных заболеваний	3	10-12	4		2	11	3; 50%	Рейтинг-контроль №2	
5.	Основы здорового образа жизни	3	13-18	4		4	21	4; 50%	Рейтинг-контроль №3	
Всего за второй семестр					18		18	72	18; 50%	Зачет
Наличие в дисциплине КП/КР					18		18	72	18; 50%	Зачет
Итого по дисциплине					18		18	72	18; 50%	Зачет

Содержание лекционных занятий по дисциплине

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, сенной лихорадки, 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 сальмонеллез, токсикоинфекций, 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.

Содержание лабораторных занятий по дисциплине

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. Первая медицинская (доврачебная) помощь при неотложных состояниях и их характеристика.

Оказание первой (доврачебной) помощи при неотложных состояниях сердечно-сосудистой, дыхательной систем, заболеваниях органов пищеварения, аллергических заболеваниях и судорожных состояниях.

Раздел 2. Уход за пострадавшими и больными.

Тема 1. 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. Отработка навыков выполнения внутримышечной инъекции.

Раздел 3. Первая медицинская помощь при травмах и повреждениях.

Тема 1. Основы десмургии. Способы наложения бинтовых повязок.

Освоение техники выполнения повязок: круговая, спиральная, спиральная с перегибами, крестообразная, «черепашья» на область сустава, спиральная с перегибами на область предплечья и плеча, крестообразная повязка на область ладони, повязка на один палец ладони, на все пальцы ладони; повязка Дезо, спиральная повязка на область грудной клетки; повязка «чепец» на область головы, крестообразная на затылочную область головы, повязки на один и оба глаза, на область уха, повязка «уздечка» на нижнюю челюсть, «прашевидная» повязка на область носа.

Тема 2. Первая помощь при закрытых и открытых повреждениях.

Признаки закрытых повреждений. Первая помощь при ушибах, вывихах, растяжениях и разрывах связок и мышц. 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. Первая помощь при закрытых и открытых повреждениях грудной клетки, живота и костей таза, при повреждении позвоночника. Первая помощь при переломах нижней конечности. Способы иммобилизации верхней и нижней конечностей транспортными шинами и подручными средствами.

Тема 3. Первая медицинская (доврачебная) помощь при ранениях и кровотечениях.

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 4. Первая помощь при неотложных состояниях. Оказание экстренной реанимационной помощи.

Первая помощь при ожогах, обморожениях, электротравмах, солнечном и тепловом ударах, утоплении, удушении, при попадании инородного тела в глаза, нос, уши, дыхательные пути – способ Геймлиха. Принципы и методы реанимации. Подготовка пострадавшего к реанимации. Техника выполнения прекардиального удара, отработка навыков выполнения комплексной реанимационной помощи на учебном тренажере «Максим».

Раздел 4. Профилактика инфекционных заболеваний.

Тема 1. Инфекционные заболевания и их профилактика.

Эпидемический процесс, его основные факторы и закономерности. Иммуитет и восприимчивость организма человека к инфекционным болезням. Противозидемические мероприятия и профилактика инфекционных заболеваний в детских коллективах.

Инфекционный процесс и его закономерности. Профилактика детских воздушно – капельных инфекций. Профилактика инфекционных болезней, передающихся половым путем.

Раздел 5. Основы здорового образа жизни.

Тема 1. Формирование здорового образа жизни как биологическая и социальная проблема. Употребление табака и алкоголя и их влияние на здоровье.

1. Подготовиться к обсуждению следующих вопросов:

-Почему специалисты считают табакокурение и прием алкоголя факторами, разрушающими здоровье человека?

-Какие известны стадии никотиновой и алкогольной зависимости?

-Какие меры профилактики используются в борьбе с табакокурением и алкоголизмом в нашей стране?

2. Выполнить тест Фагерстрема на определение степени никотиновой зависимости и тест об отношении молодежи к алкогольным напиткам.

3. Защита рефератов и презентаций.

4. Обсудить ситуации, когда подростков принуждают курить, употреблять алкоголь.

Тема 2. Наркомания и токсикомания, их последствия для здоровья.

1. Подготовиться к обсуждению следующих вопросов:

- Почему специалисты считают наркоманию и токсикоманию факторами, разрушающими здоровье человека?

-В чем сущность наркотической зависимости человека, и каковы ее стадии? Как влияют наркотики на личность человека?

-На чем основано проявление токсикомании?

-Что известно о наркомании и токсикомании в молодежной среде?

2. Знакомство и изучение направлений работы социальных служб для молодежи: Муниципальное учреждение «Молодежный центр», «Досуговый центр «Прометей», «Детский оздоровительно-образовательный центр», «Центр социальной помощи семье и детям».

3. Защита рефератов и презентаций.

4. Обсудить ситуации, когда подростков принуждают принимать наркотики.

5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

В преподавании дисциплины «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» используются разнообразные образовательные технологии как традиционные, так и с применением активных и интерактивных методов обучения.

Активные и интерактивные методы обучения:

- Интерактивная лекция (тема №1, Разд.3);
- Групповая дискуссия (тема №1, 2, Разд.5);
- Ролевые игры (тема №1,2,3; Разд.3);
- Тренинг (тема №1,2, Разд.5);
- Анализ ситуаций (тема №1,2, Разд. 5);
- Применение имитационных моделей (тема №4, Разд.3);
- Разбор конкретных ситуаций (тема №1,2, Разд. 5);

6. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Контрольные вопросы рейтинг - контроля №1

1. Неотложные состояния и их характеристика.

2. Неотложные состояния сердечно – сосудистой системы (обморок, кома, коллапс).

Признаки, первая помощь.

3. Гипергликемическая и гипогликемическая кома. Признаки, первая помощь.

4. Артериальное давление. Первая помощь при гипертоническом кризе. Профилактические мероприятия.
5. Первая помощь при стенокардии и инфаркте миокарда.
6. Признаки неотложных состояний дыхательной системы. Первая помощь.
7. Признаки неотложных состояний пищеварительной системы. Первая помощь при «остром животе».
8. Признаки неотложных состояний мочевыделительной системы. Первая помощь.
9. Аллергические реакции. Первая доврачебная помощь.
10. Меры воздействия на кровообращение.
11. Первая помощь при ушибах, вывихах, растяжении и разрыве связок.
12. Основы десмургии.

Контрольные вопросы рейтинг - контроля №2

1. Первая медицинская (доврачебная) помощь при закрытых переломах верхней конечности.
2. Первая помощь при закрытых переломах.
3. Первая помощь при открытых переломах.
4. Шок. Противошоковые мероприятия.
5. Защитные реакции организма при травматическом шоке.
6. Отравления. Виды отравлений. Первая помощь.
7. Термические ожоги.
8. Химические ожоги.
9. Первая помощь при тепловом и солнечном ударе.
10. Виды кровотечений. Первая помощь.
11. Терминальное состояние. Клиническая смерть.
12. Оказание экстренной реанимационной помощи.

Контрольные вопросы рейтинг - контроля №3

1. Характеристика патогенных микроорганизмов.
2. Эпидемический процесс, его основные факторы и закономерности.
3. Иммуитет и восприимчивость организма человека к инфекционным болезням.
4. Инфекционный процесс и его закономерности.
5. Профилактика кишечных инфекций.
6. Профилактика инфекционных болезней, передающихся половым путем.
7. Профилактика детских воздушно – капельных инфекций.
8. Понятие о стрессе и дистрессе.
9. Формирование наркотической зависимости.
10. Понятие «здоровье» и «здоровый образ жизни».
11. Влияние наркотиков на здоровье подростков и молодежи.
12. Алкоголизм и стадии его развития. Последствия от злоупотребления алкоголем. Влияние табакокурения на здоровье человека.

Задания для самостоятельной работы студентов

№	Тема	Форма контроля	К-во часов
1.	Предмет и содержание курса «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни». Первая помощь при неотложных состояниях.	презентации доклад	10
2.	Уход за пострадавшими и больными.	презентации собеседование	10
3.	Первая помощь при травмах и повреждениях.	презентации собеседование	20

4.	Профилактика инфекционных заболеваний.	собеседование презентации	11
5.	Основы здорового образа жизни.	собеседование презентация	21
ИТОГО:			72

ЗАДАНИЯ

для самостоятельной работы студентов

Тема 1. Иммуитет и восприимчивость организма человека к инфекционным болезням.

Задание: Осуществить обзор литературных источников по данной теме. Изучить механизмы иммунитета, основы эпидемиологии, периоды и особенности протекания инфекционных заболеваний. Подготовиться к обсуждению изучаемых вопросов.

Литература: вся рекомендованная по дисциплине литература.

Тема 2. Детский травматизм. Профилактика детского травматизма.

Задание: Осуществить обзор литературных источников по данной теме.

Изучить способы оказания первой помощи при травмах и повреждениях.

Литература: вся рекомендованная по дисциплине литература.

Тема 3. Влияние курения на организм человека.

Задание: На основе литературных источников, изучить влияние курения на организм человека. Провести анализ современных исследований по данной теме, выявить основные способы воздействия курения на организм человека. Подготовиться к обсуждению этих вопросов.

Литература: вся рекомендованная по дисциплине литература.

Тема 4. Первая помощь при аллергических заболеваниях.

Задание: На основе изучения литературных источников рассмотреть механизм возникновения аллергических реакций, основные виды аллергенов. Подготовить сообщение по способам оказания первой помощи при крапивнице, отеке Квинке, поллинозе.

Литература: рекомендованная литература по дисциплине.

Тема 5. Движение и здоровье.

Задание: Изучить вопрос, связанный с влиянием двигательной активности на здоровье человека. Подготовить реферат или презентацию о значении движений и отрицательных последствиях гиподинамии.

Литература: вся рекомендованная по дисциплине литература, местные СМИ.

Тема 6. Психологические аспекты здорового образа жизни.

Задание: Проанализировать сведения о психологических аспектах здорового образа жизни. Изучить основные понятия «здоровье», «здоровый образ жизни», «психическое здоровье». Дать характеристику психологическим особенностям человека и его мотивации на здоровый образ жизни.

Литература: вся рекомендованная по дисциплине литература.

Темы рефератов

1. Иммуитет и восприимчивость организма человека к инфекционным болезням.
2. Профилактика инфекционных заболеваний в детских коллективах.
3. Детский травматизм. Меры профилактики детского травматизма.
4. Способы транспортировки раненых.
5. Формирование культуры здоровья, медицинской активности.
6. Религия и здоровье.
7. Режим и здоровье, его физиологическая основа.
8. Проблема суицидов.
9. Принципы рационального питания.
10. Витамины.
11. Ишемическая болезнь сердца, первая помощь, профилактика.
12. Влияние курения на организм человека.
13. Влияние алкоголя на организм человека.
14. Гастриты: причины, симптомы, профилактика.
15. Скажи наркотикам нет.
16. Профилактика вредных привычек.
17. Движение и здоровье.
18. Первая помощь пострадавшим в чрезвычайных ситуациях.
19. Гельминтозы и их профилактика.
20. Грибковые заболевания кожи (стригуший лишай, чесотка, педикулез).
21. Профилактика болезней, передающихся половым путем.
22. Психологические аспекты здорового образа жизни.
23. Первая помощь при «остром животе», печеночной и почечной коликах.
24. Отравления лекарствами и бытовой химией.
25. Туберкулез у детей: симптомы и профилактика.
26. СПИД : причины, факторы риска заражения, симптомы, профилактика.
27. Первая помощь при аллергических реакциях .
28. Ядовитые растения Владимирской области.
29. Лекарственные растения Владимирской области.

Вопросы для самостоятельного изучения

1. Возрастные аспекты здоровья. Традиционные и нетрадиционные методы оздоровления.
2. Этиология, эпидемиология, клиника и профилактика дифтерии, скарлатины, коклюша, менингита.
3. Первая помощь при эпилептическом и истерическом припадках.
4. Первая помощь при отравлениях лекарствами и препаратами бытовой химии.
5. Первая помощь при передозировке наркотических средств.
6. Подростковая наркомания, токсикомания, алкоголизм.
7. Составление домашней аптечки. Правила хранения и пользования.
8. Этиология, эпидемиология, клиника и профилактика паротита, полиомиелита.
9. Профилактика грибковых заболеваний кожи и ногтей.
10. Признаки и профилактика болезней, передающихся половым путем.
11. Лекарства и здоровье.
12. Культура и здоровье.
13. Охрана здоровья женщины и ребенка.
14. Движение и здоровье.
15. Характеристика способов введения лекарственных средств в организм, их преимущества и недостатки.
16. Влияние факторов окружающей среды на состояние здоровья.
17. Качество воды и его влияние на здоровье человека.

Вопросы для подготовки к зачету

1. Понятия «здоровье», «здоровый образ жизни». Компоненты здоровья.
2. Здоровый образ жизни как социальная проблема.
3. Характеристика неотложных состояний, причины их вызывающие, признаки «острого живота», первая помощь.
4. Характеристика кровотечений, методы остановки кровотечений. Первая помощь при наружных и внутренних кровотечениях.
5. Основные признаки неотложных состояний, характеристика причин их вызывающих.
6. Причины и признаки возникновения аллергических реакций. Первая помощь.
7. Первая помощь при эпилептическом и истерическом припадках.
8. Первая помощь при попадании яда на кожу, в пищеварительный тракт, дыхательную систему.
9. Профилактика отравлений препаратами бытовой химии.
10. Достоверные признаки применения подростками наркотиков.
11. Первая помощь при ушибах, вывихах, растяжениях.
12. Первая помощь при травмах. Травматический шок. Противошоковые мероприятия.
13. Виды ран и способы обработки раневой поверхности.
14. Неотложные состояния сердечно – сосудистой системы (обморок, коллапс, кома). Первая помощь.
15. Первая помощь при гипертоническом кризе, стенокардии, инфаркте миокарда.
16. Отравления. Первая помощь при пищевом отравлении.
17. Первая помощь при термических ожогах.
18. Первая помощь при попадании инородных тел в ухо, нос, глаза, дыхательные пути.
19. Первая помощь при химических ожогах.
20. Тепловой и солнечный удар. Первая медицинская помощь.
21. Первая помощь при обморожениях и общем замерзании.
22. Способы иммобилизации при разных травмах.
23. Правила наложения бинтовых повязок.
24. Меры воздействия на кровообращение.
25. Первая помощь при удушении, утоплении.
26. Терминальные состояния.
27. Основные принципы и методы реанимации.
28. Инфекционный процесс и его закономерности.
29. Эпидемический процесс и его закономерности.
30. Иммуитет, виды иммуитета. Механизмы иммуитета.
31. Профилактика инфекционных заболеваний : (корь, краснуха, скарлатина, дифтерия, коклюш, грипп, ОРЗ, дизентерия).
32. Профилактика грибковых заболеваний кожи.
33. Профилактика заболеваний, передающихся половым путем.
34. Факторы внешней среды, влияющие на здоровый образ жизни.
35. Признаки клинической и биологической смерти.
36. Признаки жизни. Прекардиальный удар.
37. Первая помощь при укусах ядовитых змей и насекомых.
38. Здоровый образ жизни как биологическая и социальная проблема.
39. Питание и здоровье.
40. Движение и здоровье.
41. Психологическое здоровье (общая характеристика).
42. Социальное здоровье (общая характеристика).
43. Характеристика инфекционных заболеваний.
44. Стресс и здоровье.
45. Защитные реакции организма при развитии травматического шока.
46. Первая помощь при гипергликемии и гипогликемии.
47. Первая помощь при инсульте.
48. Меры воздействия на кровообращение.
49. Первая помощь при электротравмах.

50. Первая помощь при отравлении грибами, алкогольном отравлении.
51. Первая помощь при отравлении угарным газом, кислотами и щелочами.
52. Ботулизм. Признаки отравления, первая помощь.
53. Основные мероприятия по преодолению стресса.
54. Антропометрические показатели: способы и правила определения.

Фонд оценочных средств для проведения аттестации уровня сформированности компетенций обучающихся по дисциплине оформляется отдельным документом.

7.УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

7.1. Книгообеспеченность

Наименование литературы: автор, название, вид издания, издательство	Год издания	КНИГООБЕСПЕЧЕННОСТЬ	
		Количество экземпляров изданий в библиотеке ВлГУ в соответствии с ФГОС ВО	Наличие в электронной библиотеке ВлГУ
1	2	3	4
Основная литература*			
1. Основы здорового образа жизни детей дошкольного возраста [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие / Г.К. Морозова. - 2-е изд., стер. - М. : ФЛИНТА, 2014.	2014		http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976519640.html
2. Основы формирования здоровья детей [Электронный ресурс] : учебник / Р. Р. Кильдиярова, В. И. Макарова, Ю. Ф. Лобанов. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2015.	2015		http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970432969.html
3. Гигиена детей и подростков [Электронный ресурс] : учебник / Кучма В.Р. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2012.	2012		http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970423196.html
4. Здоровый образ жизни [Электронный ресурс] : учебное пособие / В.А. Пискунов, М.Р. Максинаева, Л.П. Тупицына и др. - М. : Прометей, 2012.	2012		http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704223559.html
5. Основы медицинского права Российской Федерации (Правовые основы медицинской и фармацевтической деятельности в Российской Федерации) (Электронный курс): учебное пособие для магистров /А.А. Мохов.- М.: Проспект, 2015.	2015		http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785392163991.html

Дополнительная литература

1. Медицина и здравоохранение XX-XXI веков [Электронный ресурс] / Ю. П. Лисицын - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2011.	2011		http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970420461.html
2. Первая помощь при травмах и заболеваниях [Электронный ресурс] / Демичев С.В. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2011.	2011		http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970417744.html
Методические рекомендации к изучению темы "Первая помощь при травмах: ожогах, тепловом и солнечном ударе. Оказание экстренной реанимационной помощи" Автор: Бурдакова Н.Е.	2018		http://e.lib.vlsu.ru:80/handle/123456789/7070
Методические рекомендации к изучению темы "Кровотечения. Первая помощь при кровотечениях" Автор: Бурдакова Н.Е.	2018		http://e.lib.vlsu.ru:80/handle/123456789/7072
Методические рекомендации к изучению темы "Первая помощь при травмах": Автор Бурдакова Н.Е	2018		http://e.lib.vlsu.ru:80/handle/123456789/7071

7.2. Периодические издания

- // Биология в школе.
- // Лечебная физкультура и спортивная медицина.
- // Спортивная медицина: наука и практика.

7.3. Интернет-ресурсы

555myl.ru index/osnovy-medicinskikh...pomoshhi-pmp...
 Med-Tutorial.ru Книги по медицине book/59/page/site-map
 Window. Edu.ru Библиотека
 Brgu.ru kafedry-osnov-meditsinskih-znaniy
 Book.ru
 Library.Vladimir.ru Dr.avо.ru
<http://www.iprbookshop.ru/65284.html>
<http://znanium.com/catalog/product/1007661>
<http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785261011293.html>

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Для реализации данной дисциплины имеются специальные помещения для проведения занятий лекционного типа, занятий лабораторного типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы.

Лабораторные работы проводятся в аудитории 406а.

Учебно-методические материалы — учебники, методические пособия.

Аудиовизуальные средства обучения — слайды, презентации, видеофильмы.

Лабораторное оборудование — весы, ростомер, тонометры, спирометры, сантиметровые ленты, шины, жгуты, тренажер «Максим».

Расходные материалы: спирт, вата, бинты, 3% раствор перекиси водорода, йод.

Рабочую программу составила Бур Бурдакова Н.Е., доцент кафедры БГО, канд. биол. наук

Рецензент: П Плышевская Е.В., директор МБОУ СОШ №29 г. Владимира к.б.н.

Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры Биологического и географического образования

Протокол № 1 от 31.08.2020г.

Заведующий кафедрой БГО Г Грачева Е.П.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании учебно-методической комиссии направления 44.03.01 «Педагогическое образование»

Протокол № 1 от 31.08.2020 года

Председатель комиссии С

(ФИО, подпись)