

# АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ 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 состояние 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 способностью 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 относится к базовой части Блок 1 Дисциплины (модули). 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 способностью использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций.

№ п.п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны
--------	--------------------	---------------------------------	---

	тенции	части)	знать	уметь	владеть
1.	ОК-9	способностью использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	<ul style="list-style-type: none"> <li>- определение понятий здоровья, болезни, промежуточного состояния, индивидуального и популяционного здоровья;</li> <li>- показатели индивидуального и популяционного здоровья, характеристику групп здоровья;</li> <li>- определение эпидемии, пандемии, спорадической заболеваемости, инфекционного и эпидемического процесса, возбудителя и источника инфекционного заболевания;</li> <li>- определение иммунитета, виды иммунитета, основные иммунопрепараты, противопоказания и показания к применению основных видов иммунопрепаратов;</li> <li>- источник заболевания, пути передачи, факторы риска, признаки отдельных заболеваний;</li> <li>- понятие дезинфекции, дезинсекции, дератизации. Виды, методы. Понятие карантина;</li> <li>- неотложные состояния при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, при заболеваниях дыхательной системы, при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, при заболеваниях эндокринной системы.</li> <li>- основные принципы восстановления дыхательной и сердечно-сосудистой деятельности;</li> <li>- признаки ран, кровотечений, кровопо-</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать полученные теоретические и практические навыки для организации образовательного процесса с использованием современных средств здоровьесберегающих технологий;</li> <li>- оказать первую медицинскую помощь при обмороке, гипертоническом кризе, при приступе бронхиальной астмы, ложного крупа, при остром пищевом отравлении, при гипогликемической коме;</li> <li>- выполнять простейшие приемы реанимации;</li> <li>- останавливать кровотечения различными способами;</li> <li>- оказать первую помощь при ушибах, растяжениях, переломах и термических повреждениях;</li> <li>- формулировать и обосновывать роль различных факторов в возникновении вредных привычек у детей и подростков.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца;</li> <li>- навыками определения повреждений и оказания первой медицинской помощи;</li> <li>- навыками наложения жгута при артериальном кровотечении;</li> <li>- навыками обработки раны и наложения асептической повязки.</li> </ul>

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

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры (часы)	
		2	3
<b>Контактная работа, в том числе</b>	<b>12,2</b>	<b>12</b>	<b>0,2</b>

<b>Аудиторные занятия (всего):</b>		<b>12</b>	<b>12</b>	<b>-</b>
Занятия лекционного типа		6	6	-
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)		6	6	-
Лабораторные занятия		-	-	-
<b>Иная контактная работа:</b>		<b>0,2</b>	<b>-</b>	<b>0,2</b>
Промежуточная аттестация (ИКР)		0,2	-	0,2
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>		<b>56</b>	<b>24</b>	<b>32</b>
Курсовая работа		-	-	-
Проработка учебного (теоретического) материала		41	20	21
Выполнение индивидуальных заданий (подготовка сообщений, презентаций)		-	-	-
Реферат		11		11
Подготовка к текущему контролю		4	4	-
<b>Контроль:</b>		<b>3,8</b>	<b>-</b>	<b>3,8</b>
				-
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>час.</b>	<b>72</b>	<b>36</b>	<b>36</b>
	<b>в том числе контактная работа</b>	<b>12,2</b>	<b>12</b>	<b>0,2</b>
	<b>зач. ед.</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>

## 2.2 Структура дисциплины

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.

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

6	Понятие о неотложных состояниях. Причины и факторы, их вызывающие. Диагностика и приемы первой медицинской помощи при неотложных состояниях	10	2	-	-	8
7	Характеристика детского травматизма и его профилактика	8	-	2	-	6
8	Медико-социальные проблемы наркотизма и инфекции вируса иммунодефицита человека	7	2	-	-	5
9	Роль школы и семьи в сохранении здоровья	5	-	2	-	3
	<b>Итого по дисциплине:</b>	<b>68</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>-</b>	<b>56</b>

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

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

#### 3.1 Основная литература

1. 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>.
2. 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).
3. 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).
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. : Издательство Юрайт, 2013. — 431 с. — (Серия : Бакалавр. Прикладной курс). — ISBN 978-5-9916-2876-1. — Режим доступа : [www.biblio-online.ru/book/C7F155D1-6A67-46A5-A996-598F416AF1C5](http://www.biblio-online.ru/book/C7F155D1-6A67-46A5-A996-598F416AF1C5).
5. 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>.
6. 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. 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>.
2. Тулякова, О. В. Влияние аэротехногенного загрязнения урбанизированной территории на физическое, психическое развитие и состояние здоровья детского населения [Электронный ресурс].

- ресурс] / О. В. Тулякова. – М. : Директ-Медиа, 2014. – 405 с. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=235804>.
3. 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>.
4. 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>.

### **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: <https://elibrary.ru/contents.asp?id=34078076>.
7. Лечебная физкультура и спортивная медицина. - URL: <https://elibrary.ru/contents.asp?id=34076323>.
8. Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – URL: <https://elibrary.ru/contents.asp?titleid=27127>.
9. Теория и практика физической культуры. – URL: <https://elibrary.ru/contents.asp?id=34113949>.
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](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/>.