

ДИСЦИПЛИНА *Основы медицинских знаний и здорового образа жизни*

Направление: педагогическое образование

Квалификация (степень): бакалавр

Объем трудоёмкости: 2 зачетных единицы, 72 часа.

1. Цель дисциплины: формирование знаний в области основ медицинских знаний и здорового образа жизни.

2. Место дисциплины в структуре ООП:

Дисциплина «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» относится к базовой части профессионального цикла (3.15). Для освоения дисциплины студенты используют знания, умения и виды деятельности, сформированные в процессе изучения предметов «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», «Психология» на предыдущем уровне образования.

Знания по дисциплине «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» служат теоретической и практической основой для освоения ряда дисциплин вариативной части профессионального цикла «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности» и др.

3. Требования к результатам освоения дисциплины:

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

1. Выпускник должен обладать общекультурными компетенциями (ОК):

- готов использовать методы физического воспитания и самовоспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья (ОК-3);
- готов использовать основные методы защиты от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий (ОК-11);

2. Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК):

- готов к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности (ПК-7).

В результате изучения дисциплины студент должен

Знать:

- 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 пидемического 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 деятельности;
- признаки ран, кровотечений, кровопотери;
- признаки ушибов мягких тканей, растяжений и разрывов связок;
- признаки переломов костей, особенности переломов у детей;
- причины, симптомы и опасности травматического шока;
- признаки и опасности ожогов, отморожений;

- определение здорового образа жизни, его структуру, основные принципы и подходы к формированию здорового образа жизни;
- принципы оздоровления и укрепления здоровья человека с использованием природных факторов;
- понятие вредных привычек, основные группы психоактивных веществ, факторы и группы риска;
- основные формы школьной патологии, их признаки, предпосылки и факторы возникновения патологических состояний у школьников;
- основные принципы питания и режима у детей школьного возраста;
- 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.

Уметь:

- 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.

Владеть:

- навыками проведения искусственного дыхания и прямого массажа сердца;
- навыками наложения жгута при артериальном кровотечении;
- навыками обработки раны и наложения асептической повязки.

4.1. Содержание лекционного курса.

№ п/п	Номер раздела	Объем часов	Содержание лекции (перечень раскрываемых вопросов)
1.	1.	2	Определение понятия «Здоровье», предболезнь, болезнь. Факторы, определяющие здоровье и болезнь. Контроль за состоянием здоровья школьников. Структура заболеваемости учащихся различных возрастных групп. Профилактика заболеваний и роль педагогов в укреплении здоровья школьников.
2.	2.	2	Основы микробиологии. Инфекционный и эпидемический процесс. Классификация инфекционных заболеваний.
3.	3.	2	Понятие «Неотложного состояния». Диагностика и приемы оказания первой медицинской помощи при обмороке, гипертоническом кризе, стенокардии, при химических и термических оогах, ранениях, отморожении, утоплении, электротравме.
4.	4.	2	Терминальные состояния (агония, предагония и клиническая

			смерть). Комплекс сердечно-легочной реанимации. Осложнения. Критерии эффективности проведения реанимационных мероприятий.
5.	5.	2	Понятия «Травма», «Травматизм», «Детский травматизм». Классификация детского травматизма. Меры профилактики.
6.	6.	2	Понятие «Здоровый образ жизни». Основные составляющие здорового образа жизни. Социальные условия формирования здорового образа жизни.
7.	7.	2	Понятие о вредных привычках. Профилактика раннего алкоголизма, табакокурения, наркомании и токсикомании. Профилактическая работа с учащимися разных возрастных групп.
8.	8.	2	Роль учителя в формировании здоровья учащихся. Совместная деятельность школы и семьи в формировании здоровья и здорового образа жизни учащихся.

4.2. Практические занятия.

№ п/п	Номер раздела	Объем часов	Тема практического занятия
1.	1.	2	Проблемы здоровья учащихся различных возрастных групп. Основные признаки нарушения здоровья ребенка. Определение понятий здоровья, болезни промежуточного состояния. Факторы, влияющие на здоровье детей и подростков. Показатели индивидуального здоровья. Группы здоровья. Показатели популяционного здоровья.
2.	2.	2	Понятие о микробиологии, иммунологии и эпидемиологии. Основные понятия микробиологии, эпидемиологии и иммунологии. Виды иммунитета, основные иммунопрепараты. Группы инфекционных заболеваний.
3.	3.	2	Диагностика и приемы оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях. Первая помощь при заболеваниях сердечно-сосудистой системы (обморок, гипертонический криз). Первая помощь при заболеваниях дыхательной системы (бронхиальная астма, ложный круп). Первая помощь при остром пищевом отравлении. Первая помощь при гипогликемической коме.
4.	4.	2	Комплекс сердечно-легочной реанимации и показания к ее проведению, критерии эффективности. Понятие о смерти и ее этапах. Понятие о реанимации. Основные приемы сердечно-легочной реанимации. Выполнение простейших приемов реанимации на тренажере.
5.	5.	2	Характеристика детского травматизма. Меры профилактики травм и первая помощь при них. Кровотечения, виды, способы временной остановки. Закрытые повреждения. Первая помощь при ушибах, растяжениях и разрывах связок. Переломы костей, их виды. Первая помощь при переломах. Травматический шок и противошоковые мероприятия.

			Термические повреждения.
6.	6.	2	Здоровый образ жизни как биологическая и социальная проблема. Принципы и методы формирования здорового образа жизни учащихся. Определение здорового образа жизни. Структура ЗОЖ. Принципы и подходы к формированию здорового образа жизни. Основные методы оздоровления и укрепления здоровья.
7.	7.	2	Профилактика вредных привычек. Здоровьесберегающая функция учебно-воспитательного процесса. Понятие вредных привычек. Основные группы психоактивных веществ, факторы и группы риска. Специфичность негативного влияния психоактивных веществ на организм детей и подростков. Основные формы школьной патологии.
8.	8.	2	Роль учителя в формировании здоровья учащихся в профилактике заболеваний. Создание у учащихся устойчивой мотивации на здоровье и обучение их здоровой жизнедеятельности. Построение образовательного процесса в соответствии с целями и принципами гуманистического образования. Роль учителя в первичной и вторичной профилактике заболеваний.
9.	9.	2	Совместная деятельность школы и семьи в формировании здоровья и здорового образа жизни учащихся. Медико-педагогические аспекты профилактики болезней, передающихся половым путем. Роль образовательных учреждений в профилактике нарушений репродуктивного здоровья школьников. Осложнения и последствия аборта.

4.3. Общая трудоемкость дисциплины: 2 зачетных единицы, 72 часа.

№ п/п	Семестр, модуль, раздел дисциплины	Недел и	Виды учебной работы студентов и трудоемкость				Формы текущего контроля и промежуточной аттестации
			Л	П	КСР	ЗЕ	
1.	Семестр II		16	18	2	2	Зачет
1.1.	Модуль 1		8	8	1	1	Тест
1.1.1.	Проблемы здоровья учащихся различных возрастных групп. Основные признаки нарушения здоровья ребенка.		2	2			
1.1.2.	Понятие о микробиологии, иммунологии и эпидемиологии. Меры профилактики инфекционных заболеваний.		2	2			

1.1.3.	Понятие о неотложных состояниях. Причины и факторы, их вызывающие. Диагностика и приемы первой медицинской помощи при неотложных состояниях.		2	2			
1.1.4.	Комплекс сердечно-легочной реанимации и показания к ее проведению, критерии эффективности.		2	2			
2.	Модуль II		8	10	1	1	Тест
2.1.	Характеристика детского травматизма. Меры профилактики травм и первая помощь при них.		2	2			
2.2.	Здоровый образ жизни как биологическая и социальная проблема. Принципы и методы формирования здорового образа жизни учащихся		2	2			
2.3.	Профилактика вредных привычек. Здоровьесберегающая функция учебно-воспитательного процесса.		2	2			
2.4.	Роль учителя в формировании здоровья учащихся в профилактике заболеваний.		2	2			
2.5.	Совместная деятельность школы и семьи в формировании здоровья и здорового образа жизни			2			

4.4.Содержание обязательной самостоятельной работы студентов по темам.

№ п/п	Тема	Содержание самостоятельной работы студентов	Объем часов
1	Проблемы здоровья учащихся различных возрастных групп. Основные признаки нарушения здоровья ребенка.	Составление конспекта «Оценка здоровья человека». Заполнение таблицы «Группы здоровья».	1
2.	Понятие о микробиологии, иммунологии и эпидемиологии. Меры профилактики инфекционных болезней.	Заполнение таблицы «Прививочный календарь России». Составление конспекта «Детские инфекционные заболевания и их	2

		профилактика».	
3.	Понятие о неотложных состояниях. Причины и факторы, их вызывающие. Диагностика и приемы оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях.	Составление конспекта «Первая медицинская помощь при неотложных состояниях». Заполнение таблицы «Виды кровотечений и способы их временной остановки». Составление таблицы «Виды повязок». Решение ситуационных задач.	2
4.	Комплекс сердечно-легочной реанимации и показания к ее проведению, критерии эффективности.	Составление конспекта «Методы реанимации». Отработка практических навыков проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца на тренажере.	1
5.	Характеристика детского травматизма. Меры профилактики травм и первая помощь при них.	Составление конспекта «Детский травматизм и его профилактика». Составление схемы-конспекта «Факторы, обуславливающие травмы», «Виды травм».	1
6.	Здоровый образ жизни как биологическая и социальная проблема. Принципы и методы формирования здорового образа жизни учащихся.	Составление конспекта «Питание и здоровье». Заполнение таблицы «Методы оздоровления».	2
7.	Профилактика вредных привычек. Здоровьесберегающая функция учебно-воспитательного процесса.	Заполнение анкеты «Отношение молодежи к вредным привычкам». Заполнение таблицы «Типы наркомании и токсикомании».	1
8.	Роль учителя в формировании здоровья учащихся в профилактике заболеваний.	Составление конспекта «Роль учителя в первичной, вторичной и третичной профилактике заболеваний».	1
9.	Совместная деятельность школы и семьи в формировании здоровья и здорового образа жизни учащихся.	Составление конспекта «Совместная деятельность педагога и родителей. Роль родителей в обеспечении здоровья детей.»	1
Консультации по сложным, непонятным вопросам с преподавателем с использованием Интернет — не менее 3 консультаций Выполнение домашних контрольных работ — 2 работы по 1 часу Подготовка к зачету			1 час 2 часа 5 часов
Итого:			20

4.4.1. Содержание вариативной составляющей самостоятельной работы.

Содержание работы	Объем часов
Составление терминологического словаря по выбранной теме.	4
Составление библиографии по теме	3
Составление плана занятия по заданной теме	2
Подбор, изучение, анализ и конспектирование рекомендованной литературы	5
Подготовка сообщения к занятию	2
Итого:	16

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВПО с учетом рекомендаций и ПрООП ВПО по направлению 050100- педагогическое образование и профилю подготовки «Технология».

Автор: СГПИ, преподаватель кафедры Физической культуры и естественно биологических дисциплин Л.Н. Смешко.

Программа утверждена на заседании учебно-методического совета СГПИ 20.01.2011., протокол №4.