

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Славянский-на-Кубани государственный педагогический институт

**«Утверждаю»**  
и.о. ректора

\_\_\_\_\_ А.И.Яценко

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2011 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

**Направление подготовки**  
**050100 ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ**

**Профиль «?»**

Квалификация (степень) выпускника:  
**БАКАЛАВР**

Форма обучения  
**ОЧНАЯ**

Славянск-на-Кубани  
2011

## **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):**

- владеет культурой мышления, способен к обобщению, анализу, восприятию информации, постановке цели и выбору ее достижения (ОК-1);
- 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);
- готов использовать основные методы, способы и средства получения, хранения, переработки информации, готов работать с компьютером как средством управления информацией (ОК-8);
- готов использовать нормативные правовые документы в своей деятельности (ОК-13).

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

- осознает социальную значимость своей будущей профессии, обладает мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности (ОПК-1);
- способен найти ответственность за результаты своей профессиональной деятельности (ОПК-4);
- способен реализовать учебные программы базовых и элективных курсов в различных образовательных учреждениях (ПК-1);
- способен использовать возможности образовательной среды, в том числе информационной, для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса (ПК-4);
- готов включаться во взаимодействие с родителями, коллегами, социальными партнерами, заинтересованными в обеспечении качества учебно-воспитательного процесса (ПК-5);
- готов к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности (ПК-7).
- готов исследовать, проектировать, организовывать реализацию управленческого процесса в сельской школе (ПК-12);

## **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 эпидемического 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 ожогах, 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           | <b>Проблемы здоровья учащихся различных возрастных групп. Основные признаки нарушения здоровья ребенка.</b> Определение понятий здоровья, болезни промежуточного состояния. Факторы, влияющие на здоровье детей и подростков. Показатели индивидуального здоровья. Группы здоровья. Показатели популяционного здоровья. |
| 2.    | 2.            | 2           | <b>Понятие о микробиологии, иммунологии и эпидемиологии.</b> Основные понятия микробиологии, эпидемиологии и иммунологии. Виды иммунитета, основные иммунопрепараты.                                                                                                                                                    |

|    |    |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----|----|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |    |   | Группы инфекционных заболеваний.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| 3. | 3. | 2 | <b>Диагностика и приемы оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях.</b><br>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 | <b>Комплекс сердечно-легочной реанимации и показания к ее проведению, критерии эффективности.</b><br>Понятие о смерти и ее этапах. Понятие о реанимации. Основные приемы сердечно-легочной реанимации. Выполнение простейших приемов реанимации на тренажере.                                                                                                         |
| 5. | 5. | 2 | <b>Характеристика детского травматизма. Меры профилактики травм и первая помощь при них.</b><br>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 | <b>Здоровый образ жизни как биологическая и социальная проблема. Принципы и методы формирования здорового образа жизни учащихся.</b><br>Определение здорового образа жизни. Структура ЗОЖ. Принципы и подходы к формированию здорового образа жизни. Основные методы оздоровления и укрепления здоровья.                                                              |
| 7. | 7. | 2 | <b>Профилактика вредных привычек. Здоровьесберегающая функция учебно-воспитательного процесса.</b><br>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 | <b>Роль учителя в формировании здоровья учащихся в профилактике заболеваний.</b><br>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 | <b>Совместная деятельность школы и семьи в формировании здоровья и здорового образа жизни учащихся.</b><br>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<br>и | Виды учебной работы студентов и трудоемкость |           |          |          | Формы текущего контроля и промежуточной аттестации |
|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|----------------------------------------------|-----------|----------|----------|----------------------------------------------------|
|           |                                                                                                                                              |            | Л                                            | П         | КСР      | ЗЕ       |                                                    |
| <b>1.</b> | <b>Семестр II</b>                                                                                                                            |            | <b>16</b>                                    | <b>18</b> | <b>2</b> | <b>2</b> | <b>Зачет</b>                                       |
| 1.1.      | <b>Модуль 1</b>                                                                                                                              |            | 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         |          |          |                                                    |
| <b>2.</b> | <b>Модуль II</b>                                                                                                                             |            | 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                                                                                 |            | 2                                            | 2         |          |          |                                                    |

|      |                                                                                        |  |  |   |  |  |  |
|------|----------------------------------------------------------------------------------------|--|--|---|--|--|--|
|      | заболеваний.                                                                           |  |  |   |  |  |  |
| 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 профилактика».                                                                                        | 2           |
| 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-                                                                                    | Заполнение анкеты «Отношение молодежи к                                                                                                                                                                               | 1           |

|                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                  |                                                                                                                    |                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                              | воспитательного процесса.                                                                        | вредным привычкам». Заполнение таблицы «Типы наркомании и токсикомании».                                           |                                |
| 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<br>— не менее 3 консультаций<br>Выполнение домашних контрольных работ —<br>2 работы по 1 часу<br>Подготовка к зачету |                                                                                                  |                                                                                                                    | 1 час<br><br>2 часа<br>5 часов |
| <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                                                |                                                                                                  |                                                                                                                    | <b>20</b>                      |

#### 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           |
| <b>Итого:</b>                                                          | <b>16</b>   |

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВПО с учетом рекомендаций и ПрООП ВПО по направлению «Педагогическое образование» и профилю подготовки «физическая культура; психология и социальная педагогика; английский язык, немецкий язык; история, право; информатика; технологическое образование».

Автор — Смешко Л.Н., старший преподаватель кафедры физической культуры и естественно-биологических дисциплин ГОУ ВПО СГПИ.

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