

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«Алтайский государственный педагогический университет»

(ФГБОУ ВО «АлтГПУ»)



УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной работе

А.В. Контев

БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ
Основы медицинских знаний и здорового образа
ЖИЗНИ

рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой	Медицинских знаний и безопасности жизнедеятельности	
Учебный план	Пс370301-2018-1-2595.plz.xml Направление подготовки: Психология Профиль подготовки: Психология	
Квалификация	бакалавр	
Форма обучения	заочная	
Общая трудоемкость	2 ЗЕТ	
Часов по учебному плану	72	Виды контроля на курсах: зачеты 1
в том числе:		
контактная работа	8	
самостоятельная работа	60	
часов на контроль	4	

Программу составил(и):

к.м.н., доцент, Грабиненко Е.В. _____

Рабочая программа дисциплины

«Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»

составлена на основании учебного плана 37.03.01 Направление подготовки: Психология Профиль подготовки: Психология (Уровень: бакалавриат; квалификация: бакалавр), утвержденного Учёным советом ФГБОУ ВО «АлтГПУ» от 26.03.2018, протокол № 7.

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры медицинских знаний и безопасности жизнедеятельности
Протокол № 7 от 22.02.2018 г.

Срок действия программы: 2018-2023 уч.г.

Зав. кафедрой Цибирова Л.И., к.м.н., доцент

Распределение часов дисциплины по курсам

Курс	1		Итого	
	уп	рпд		
Лекции	2	2	2	2
Лабораторные	2	2	2	2
Практические	2	2	2	2
КСР	2	2	2	2
Итого ауд.	6	6	6	6
Контактная	8	8	8	8
Сам. работа	60	60	60	60
Часы на контроль	4	4	4	4
Итого	72	72	72	72

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1	формирование знаний, навыков и умений оказания первой помощи детям и подросткам в чрезвычайных ситуациях;
1.2	формирование у педагогов потребностей, мотиваций, привычек ЗОЖ;
1.3	формирование личностно-ценностного отношения к собственному здоровью, окружающей природе, частью которой является человек.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП

Цикл (раздел) ООП:	Б1.Б
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Возрастная анатомия, физиология и гигиена
2.1.2	Нейрофизиология
2.1.3	Психогигиена
2.1.4	Психофизиология
2.1.5	Возрастная анатомия, физиология и гигиена
2.2	Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Основы педиатрии и гигиены
2.2.2	Безопасность жизнедеятельности человека
2.2.3	Практика по получению первичных профессиональных умений и навыков
2.2.4	Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

ОК-9: способностью использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

3.1	Знать:
3.1.1	принципы, средства, методы и способы профилактики различных заболеваний;
3.1.2	основы сохранения здоровья разными методами;
3.1.3	основные признаки заболеваний органов и систем;
3.1.4	основные признаки отравления химическими веществами, лекарственными препаратами и веществами бытовой химии;
3.1.5	принципы воздействия на кровообращение;
3.1.6	пути введения лекарств в организм ребенка;
3.1.7	принципы проведения профилактических мероприятий при возникновении инфекционных заболеваний в детских коллективах;
3.1.8	основные принципы формирования, сохранения и укрепления репродуктивного здоровья подростка.
3.2	Уметь:
3.2.1	предупреждать утомление и переутомление при занятиях с детьми;
3.2.2	предупреждать школьные неврозы, нарушения осанки, зрения и слуха;
3.2.3	использовать основные методы и средства оказания первой помощи при возникновении некоторых состояний.
3.3	Иметь навыки и (или) опыт деятельности:
3.3.1	навыками оказания первой помощи в условиях чрезвычайных ситуаций;
3.3.2	определения изменений в состоянии здоровья ребенка;
3.3.3	ухода за тяжелобольным;
3.3.4	по предупреждению заболеваний, отравлений и патологических состояний.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Примечание
	Раздел 1.					
1.1	Понятие о некоторых неотложных состояниях и первой помощи при них. /Лек/	1	2	ОК-9	Л1.2 Л2.2 Э1 Э4 Э5	

1.2	Первая помощь при некоторых патологических состояниях органов и систем. /Ср/	1	12	ОК-9	Л1.2 Л2.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5
1.3	Понятие, цель и задачи ОМЗ и ЗОЖ. /Ср/	1	12	ОК-9	Л1.1 Л2.4 Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5
1.4	Основные понятия эпидемиологии и микробиологии. Понятие об иммунитете. Инфекционные заболевания, основные меры профилактики. /Ср/	1	12	ОК-9	Л1.2 Л2.1 Л2.2 Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5
1.5	Понятие о смерти и ее этапах. Понятие о реанимации. Основные приемы сердечно-легочной реанимации /Лаб/	1	2	ОК-9	Л1.3 Л2.2 Л2.3 Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6
1.6	Вредные привычки - фактор риска для здоровья. Вред курения и употребления алкоголя. Влияние злоупотребления психоактивными веществами на организм человека и формирование зависимости /Ср/	1	12	ОК-9	Л1.3 Л2.1 Л2.3 Л2.4 Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4
1.7	Медико-педагогические аспекты профилактики болезней, передающихся половым путем /Ср/	1	12	ОК-9	Л1.2 Л1.3 Л2.1 Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5
1.8	Первая помощь при неотложных состояниях. /Пр/	1	2	ОК-9	Л1.1 Л1.3 Л2.1 Л2.4 Л3.1 Э3 Э5
1.9	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни /Зачёт/	1	4	ОК-9	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л2.1 Л2.3 Л2.4 Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

Вопросы к зачету

1. Стенокардия: причины, признаки, первая помощь.
2. Основные виды действия лекарственных препаратов: главное, побочное, местное, резорбтивное, рефлекторное. Понятие о синергизме, антагонизме, кумуляции, привыкании.
3. Острый бронхит: причины, признаки, понятие о лечении.
4. Отравление. Понятие, виды, признаки. Неотложная помощь.
5. Инфаркт миокарда: причины, признаки, первая помощь.
6. Гипертонический криз: причины, признаки, первая помощь.
7. Понятие об аллергии. Аллергические реакции замедленного и немедленного типа (отек Квинке, крапивница, анафилактический шок).
8. Бронхиальная астма, приступ: причины, признаки, первая помощь.
9. ВИЧ-инфекция: возбудитель, пути передачи, признаки, профилактика.
10. Туберкулез: возбудитель, пути передачи, клинические формы. Техника проведения и чтение реакции Манту.
11. Легочное кровотечение: причины, признаки, первая помощь
12. Профилактика туберкулеза.
13. Грипп: возбудитель, источник инфекции, пути передачи, симптомы, уход, профилактика.
14. Обморок, коллапс, шок: причины, признаки, первая помощь, профилактика.
15. Острый гастрит: причины, признаки, неотложная помощь.
16. Печеночная колика: причины, признаки, неотложная помощь.
17. Понятие о болезни, причинах и механизмах развития болезней.
18. Пути введения лекарств в организм. Применение лекарственных средств: лекарственные формы и дозировка. Составление домашней аптечки.
19. Меры воздействия на кровообращение. Определение температуры тела (особенности у детей) и построение графика температурной кривой.
20. Меры воздействия на кровообращение. Техника постановки банок: показания и противопоказания. Техника применения горчичников, горчичных обертываний.
21. Меры воздействия на кровообращение. Наложение согревающего компресса. Техника проведения ингаляций.
22. Уход за тяжелобольными: профилактика пролежней, обработка глаз, полости рта, носа.

23. Здоровье в системе ценностей жизни.
24. Состояние здоровья населения Алтайского края.
25. Здоровый образ жизни.
26. Значение здорового образа жизни в предупреждении употребления алкоголя, наркомании, курения табака, токсикомании.
27. Формирование здорового образа жизни
28. Влияние семьи на формирование здорового образа жизни.
29. Роль личности в сохранении и укреплении своего здоровья.
30. Профилактические медицинские осмотры.
31. Понятие об активном отдыхе, оздоровительная направленность досуга.
32. Использование свободного времени для улучшения здоровья.
33. Благоприятные условия природной, производственной и бытовой среды.
34. Рациональный режим труда и отдыха.
35. Влияние физических упражнений на здоровье человека
36. Сбалансированное питание.

5.2. Темы письменных работ

1. Понятие о здоровом образе жизни
2. Личная гигиена как компонент здорового образа жизни.
3. Физическое развитие как критерий здоровья.
4. Биологические ритмы человека.
5. Рациональное питание.
6. Профилактика табакокурения, алкоголизма и наркомании среди молодежи
7. Факторы, отрицательно влияющие на здоровье человека
8. Понятие о гиподинамии
9. Роль осанки для здоровья человека
10. Сон как основа здоровья человека
11. Зрение как неотъемлемая часть здоровья
12. Значение режима труда и отдыха для здоровья
13. Закаливание – важный путь укрепления здоровья

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	М. Н. Мисюк	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебное пособие для студентов вузов	М. : Юрайт, 2011
Л1.2	Гайворонский И. В.	Основы медицинских знаний: анатомия, физиология, гигиена человека и оказание первой помощи при неотложных состояниях [Электронный ресурс]: учебное пособие	Санкт-Петербург: СпецЛит, 2009
Л1.3	Р. И. Айзман, В. Б. Рубанович, М. А. Суботялов	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс]: учебное пособие	Новосибирск : Сибирское университетское издательство, 2010

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Ю. Д. Жилов, Г. И. Куценко, Е. Н. Назарова ; под ред. Ю. Д. Жилова	Основы медико-биологических знаний: возрастная физиология, здоровый образ жизни (ЗОЖ), правила безопасного поведения (ОБЖ), основы медицинских знаний: учебник для студентов педагогических вузов	М. : Высшая школа, 2001
Л2.2	О. В. Бойко	Охрана психического здоровья: учебное пособие для студентов вузов	М. : Академия, 2004
Л2.3	Г. П. Артюнина, С. А. Игнатъкова ; Псковский государственный педагогический университет им. С. М. Кирова	Основы медицинских знаний: здоровье, болезнь и образ жизни: учебное пособие для студентов педагогических вузов	М. : Академический Проект : Фонд "Мир", 2005
Л2.4	А. Г. Трушкин [и др.]	Основы первой медицинской помощи: учебное пособие	М. ; Ростов н/Д : МарТ, 2005

6.1.3. Методические разработки

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
--	---------------------	----------	-------------------

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
ЛЗ.1	Суворов В. В.	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: программа учебной дисциплины [для студентов, обучающихся по специальностям]: 050300.62, 050300.68, 050301.65, 050403.65, 050200.62, 050201.65, 050202.65, 230401.65, 050203.65, 050502.65, 050400.68, 050401.65, 050400.62, 050700.62, 050700.68, 050703.65, 050711.65, 050717.65, 050716.65, 050708.65	Барнаул, 2007
6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"			
Э1	Электронная библиотека АлтГПУ: http://library.uni-altai.ru/elb.phtml		
Э2	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU : http://elibrary.ru/		
Э3	Электронная библиотека диссертаций Российской государственной библиотеки : http://diss.rsl.ru/		
Э4	Межвузовская электронная библиотека : http://icdlib.nspu.ru/		
Э5	Электронно-библиотечная система «IPRbooks» : http://www.iprbookshop.ru/		
Э6	Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека онлайн» : http://www.biblioclub.ru/		
6.3 Перечень информационных технологий			
6.3.1 Перечень программного обеспечения			
6.3.1.1	Программа Microsoft Office		
6.3.1.2	Программа LibreOffice		
6.3.1.3	Программа OpenOffice.org		
6.3.1.4	Программа для просмотра электронных документов формата pdf, djvu		
6.3.1.5	Мультимедийное, проекционное оборудование		
6.3.2 Перечень информационных справочных систем			
6.3.2.1	Электронная библиотека диссертаций Российской государственной библиотеки		
6.3.2.2	Электронно-Библиотечная Система		
6.3.2.3	Университетская библиотека онлайн		
6.3.2.4	Электронная библиотека АлтГПА		
6.3.2.5	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU		
6.3.2.6	Межвузовская электронная библиотека (МЭБ)		

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1	Для обеспечения данной дисциплины необходимы и имеются:
7.2	оборудованные учебные аудитории;
7.3	аудитории с мультимедийным оборудованием;
7.4	компьютерный класс с выходом в Интернет;
7.5	специализированное оборудование: учебно-наглядные пособия - видеофильмы, таблицы, схемы, муляжи, ростомеры, весы, тонометры, фонендоскопы, спирометры, таблица Сивцева, др.

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Для успешного освоения учебного материала дисциплины необходимо:

1. Присутствие на лекции и активная работа;
2. Выполнение устных (допускается письменная форма) реферативных сообщений;
3. Выполнение самостоятельных работ
4. Выполнение тестового задания.

В ходе лекционных занятий необходимо вести конспектирование учебного материала. При этом следует обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации, положительный опыт в ораторском искусстве. Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых делать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

Дорабатывать свой конспект лекции, делая в нём соответствующие записи из литературы, рекомендованной преподавателем и предусмотренной учебной программой. Подготовить тезисы для выступлений по всем учебным

вопросам, выносимым на практические занятия.

Методические рекомендации студентам по самостоятельной работе над изучаемым материалом и при подготовке к практическим занятиям

В ходе подготовки к практическим занятиям следует изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой, новыми публикациями в периодических изданиях: журналах, газетах и т. д. При этом учесть рекомендации преподавателя и требования учебной программы.

Начинать надо с изучения рекомендованной литературы. Необходимо помнить, что на лекции обычно рассматривается не весь материал, а только его часть. Остальная его часть восполняется в процессе самостоятельной работы. В связи с этим работа с рекомендованной литературой обязательна. При необходимости следует обращаться за консультацией к преподавателю.

Готовясь к реферативному сообщению, необходимо составить план-конспект своего выступления. Продумать примеры с целью обеспечения тесной связи изучаемой теории с реальной жизнью.

Выступление должно строиться свободно, убедительно и аргументировано. Необходимо, чтобы выступающий проявлял собственное отношение к тому, о чем он говорит, высказывал свое личное мнение, понимание, обосновывал его и мог сделать правильные выводы из сказанного.

В заключение преподаватель подводит итоги практического занятия. Он может (выборочно) проверить конспекты студентов и, если потребуется, внести в них исправления и дополнения.

Методические рекомендации

обучающимся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)

Под специальными условиями для получения образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья понимаются условия обучения, воспитания и развития, включающие в себя использование специальных образовательных программ и методов обучения и воспитания, специальных учебников, учебных пособий и дидактических материалов, специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования.

Построение образовательного процесса ориентировано на учет индивидуальных возрастных, психофизических особенностей обучающихся, в частности предполагается возможность разработки индивидуальных учебных планов.

Реализация индивидуальных учебных планов сопровождается поддержкой тьютора (родителя, взявшего на себя тьюторские функции в процессе обучения, волонтера).

Обучающиеся с ОВЗ, как и все остальные студенты, могут обучаться по индивидуальному учебному плану в установленные сроки с учетом индивидуальных особенностей и специальных образовательных потребностей конкретного обучающегося. Срок получения высшего образования при обучении по индивидуальному учебному плану для лиц с ограниченными возможностями здоровья может быть при необходимости увеличен, но не более чем на год.

При составлении индивидуального графика обучения для лиц с ОВЗ возможны различные варианты проведения занятий:

-проведение индивидуальных или групповых занятий с целью устранения сложностей в усвоении лекционного материала, подготовке к семинарским занятиям, выполнению заданий по самостоятельной работе. Для лиц с ОВЗ, по их просьбе, могут быть адаптированы как сами задания, так и формы их выполнения.

-выполнение под руководством преподавателя индивидуального проектного задания, позволяющего сочетать теоретические знания и практические навыки;

-применение мультимедийных технологий в процессе ознакомительных лекций и семинарских занятий, что позволяет экономить время, затрачиваемое на изложение необходимого материала и увеличить его объем;

-дистанционную форму индивидуальных консультаций, выполнения заданий на базе платформы «Moodle». Основным достоинством дистанционного обучения для лиц с ОВЗ является то, что оно позволяет полностью индивидуализировать содержание, методы, формы и темпы учебной деятельности инвалида, следить за каждым его действием и операцией при решении конкретных задач; вносить вовремя необходимые коррекции как в деятельность студента-инвалида, так и в деятельность преподавателя. Дистанционное обучение также позволяет обеспечивать возможности коммуникаций не только с преподавателем, но и с другими обучаемыми, сотрудничество в процессе познавательной деятельности (форум, вебинар, skype-консультирование). Эффективной формой проведения онлайн-занятий являются вебинары, которые могут быть использованы для проведения виртуальных лекций с возможностью сетевого взаимодействия всех участников дистанционного обучения.

Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации преподавателя, в соответствии с потребностями студента, отмеченными в анкете, и рекомендациями специалистов дефектологического профиля, разрабатывает фонды оценочных средств, адаптированные для лиц с ограниченными возможностями здоровья и позволяющие оценить достижение ими запланированных в основной образовательной программе результатов обучения и уровень сформированности всех компетенций, заявленных в образовательной программе.

Форма проведения текущей аттестации для студентов с ОВЗ устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости лицам с ОВЗ может быть предоставлено дополнительное время для подготовки к ответу на зачете или экзамене, выполнения задания по самостоятельной работе.

Студент с ограниченными возможностями здоровья обязан:

-выполнять требования образовательных программ, предъявляемые к степени овладения соответствующими знаниями;

- самостоятельно сообщить в соответствующее подразделение по работе со студентами с ОВЗ о наличии у него подтвержденной в установленном порядке ограниченных возможностей здоровья, жизнедеятельности и трудоспособности (инвалидности) необходимости создания для него специальных условий;

-соблюдать установленный администрацией университета «Порядок предоставления услуг по созданию специальных условий».

Министерство образования и науки Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«Алтайский государственный педагогический университет»

Кафедра медицинских знаний и безопасности жизнедеятельности

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по дисциплине
«Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»

Направление подготовки: 37.03.01 Психология

Профиль: Психология

Квалификация: бакалавр

Форма обучения: заочная

Разработчик: Грабиненко Е.В., кандидат медицинских наук, доцент, доцент кафедры
медицинских знаний и безопасности жизнедеятельности

Утвержден на заседании кафедры медицинских знаний и безопасности жизнедеятельности

Протокол заседания от «22» февраля 2018 г. № 7

Заведующий кафедрой: Цибирова Л.И., кандидат медицинских наук, доцент

Барнаул, 2018

1. Перечень компетенций с указанием форм и средств оценивания образовательных результатов

Перечень компетенций	Измеряемые образовательные результаты в целом по компетенции	Измеряемые образовательные результаты по дисциплине	Формы контроля и оценочные средства
<p align="center">ОК-9 «способностью использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций»</p>	<p>Знать: теоретические проблемы безопасности жизнедеятельности, особенности взаимодействия человека с вредными и опасными факторами окружающей среды; характеристику опасностей природного, техногенного и социального происхождения; алгоритм поведения учителя в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; принципы гражданской обороны, задачи ГО, организации защиты населения в мирное и военное время, организации ГО в образовательных учреждениях; методы, средства, способы оказания первой помощи при травмах, ранениях, терминальных состояниях, ожогах, отморожениях, других неотложных состояниях.</p>	<p>Знать: принципы, средства, методы и способы профилактики различных заболеваний; основы сохранения здоровья разными методами; основные признаки заболеваний органов и систем; основные признаки отравления химическими веществами, лекарственными препаратами и веществами бытовой химии; принципы воздействия на кровообращение; пути введения лекарств в организм ребенка; принципы проведения профилактических мероприятий при возникновении инфекционных заболеваний в детских коллективах; основные принципы формирования, сохранения и укрепления репродуктивного здоровья подростка.</p>	<p>Вопросы для устного опроса Ситуационные задачи</p>

	<p>Уметь: оценивать ситуации возможного получения травм в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; провести диагностику и распознать виды кровотечений, признаки клинической смерти, признаки перелома и других травм; оказывать первую помощь при травмах и неотложных состояниях.</p>	<p>Уметь: предупреждать утомление и переутомление при занятиях с детьми; предупреждать школьные невроты, нарушения осанки, зрения и слуха; использовать основные методы и средства оказания первой помощи при возникновении некоторых состояний.</p>	<p>Вопросы для устного опроса Ситуационные задачи</p>
	<p>Владеть: способами профилактики поражения от вредных и опасных факторов; полученными навыками по мерам защиты в условиях чрезвычайных ситуаций; навыками оказания первой помощи при травмах, потери сознания, кровотечении, других неотложных состояниях.</p>	<p>Владеть: навыками оказания первой помощи в условиях чрезвычайных ситуаций; способами определения изменений в состоянии здоровья ребенка; навыками ухода за тяжелобольным; способами профилактики заболеваний, отравлений и патологических состояний.</p>	<p>Ситуационные задачи Тестовые задания Вопросы для промежуточного контроля</p>

2. Комплект типовых материалов, используемых для оценки знаний, умений и навыков

2.1. Вопросы для устного опроса

Тема 1. Здоровье и болезнь, понятия и причинах, механизмах развития болезни. Факторы, влияющие на здоровье. Виды терапии. Действие лекарственных веществ. Способы введения лекарств в организм.

1. Основные понятия и определения дисциплины. Цель и задачи ОМЗ и ЗОЖ. Определение понятия «здоровье».
2. Наука о здоровье: состояние и перспективы. Медицина и здоровье. Место учреждений здравоохранения в охране здоровья населения.

3. Здоровье и образ жизни. Значение ЗОЖ в правильной организации и планирования жизни, учёбы, самовоспитания, духовного и физического развития, повышение умственной работоспособности, самосовершенствования. Факторы, влияющие на здоровье детей и подростков.
4. Этиология, патогенез заболеваний.
5. Виды лекарственной терапии. Главное, побочное, резорбтивное, местное, рефлекторное, другие виды действия. Антагонизм и синергизм. Сенсибилизация, аллергия, идиосинкразия.
6. Способы введения лекарств: энтеральные и парентеральные.

Тема 2. Здоровый образ жизни и вредные привычки.

1. Вредные привычки как фактор риска для здоровья. Понятие о негативных факторах, воздействующих на здоровье. Характеристика основных современных средовых факторов: абиотические факторы, атмосферный воздух, загрязнённая вода, продукты питания как фактор нездоровья, шумовое загрязнение, наследственные факторы.
2. Влияние злоупотребления психоактивными веществами на организм человека и формирование зависимости. Злоупотребление алкоголем как социальная и медицинская проблема.
3. Алкоголизм как болезнь. Классификация алкоголизма и его основные клинические проявления. Особенности алкоголизма в различных половозрастных группах.
4. Употребление наркотиков как социальная и медицинская проблема. Распространенность различных видов наркомании. Социальные и медицинские последствия употребления наркотиков. Наркомания как болезнь. Формирование наркозависимости.
5. Основные клинические проявления наркомании. Заболеваемость и смертность. Виды наркомании. Злоупотребление опиатами, гашишем, барбитуратами, кокаином, эфедроном, первитином, фенамином и пр. Полинаркомания. Диагностика злоупотребления наркотиками.
6. Токсикомания как медико-социальная проблема. Токсикомания в детском и подростковом возрасте.
7. Общая характеристика токсикоманий. Виды токсикоманий. Диагностика токсикоманий.
8. Распространенность табакокурения. Табакозависимость и ее формы. Социальные и медицинские последствия табакокурения.

Тема 3. Неотложные состояния и заболевания. Первая медицинская помощь при неотложных состояниях.

1. Неотложные состояния при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Ожирение. Факторы риска развития заболеваний сердечно-сосудистой системы. Гипертоническая болезнь. Атеросклероз. Ишемическая болезнь сердца. Ранние признаки инфаркта миокарда. Первая помощь при стенокардии, гипертоническом кризе, инфаркте миокарда.
2. Неотложные состояния при заболеваниях дыхательной системы. Классификация острых терапевтических заболеваний: бронхиальной астмы, ложного крупа, пневмонии. Диагностика острых респираторных вирусных заболеваний, признаки воспаления легких. Первая помощь при заболеваниях органов дыхания.
3. Неотложные состояния при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. Разновидности отравлений. Объем помощи при отравлениях кишечного тракта. Разновидности отравлений. Объем помощи при отравлениях веществами местного, резорбтивного и рефлекторного действия. Отравления лекарственными средствами.

- Отравления алкоголем. Отравления ядохимикатами, применяемыми в сельском хозяйстве.
4. Пищевые отравления. Токсикоинфекции. Ботулизм. Сальмонеллез. Отравления грибами. Первая медицинская помощь. Меры предосторожности.
 5. Неотложные состояния при заболеваниях эндокринной системы. Причины сахарного диабета. Гипо- и гипергликемия. Клиника. Осложнения сахарного диабета. Понятие о диабетической коме (гипо- и гипергликемическая кома). Первая помощь.
 6. Понятие о смерти и ее этапах. Понятие о реанимации. Реаниматология как наука. Классификация терминальных состояний и их клинические проявления.
 7. Схема оказания неотложной помощи при клинической смерти (реанимация). Предвестники внезапной остановки сердца. Реанимационные мероприятия при остановке сердца. Реанимационные мероприятия при острых нарушениях дыхания.
 8. Оказание первой помощи при утоплении, электротравме, ударе молнии, повешении. Понятия гипоксии, ацидоза, некроза. Постреанимационные осложнения.
 9. Раны, их характер. Опасности. Раны. Классификация ран, их особенности. Оказание доврачебной помощи. Раневая инфекция. Общие принципы лечения инфицированных ран.
 10. Кровотечения: виды, опасности. Кровотечения и кровопотеря. Классификация кровотечений. Признаки артериального, венозного, смешанного, капиллярного кровотечений. Общие признаки кровопотери. Кровопотеря легкой, средней и тяжелой степеней. Первая помощь при наружных кровотечениях (наложение давящей повязки, метод форсированного сгибания конечности с наложением давящего валика, метод пальцевого прижатия поврежденных сосудов, наложение жгута и закрутки и др.). Носовые кровотечения. Внутренние кровотечения. Разновидности: легочное, внутригрудное, кровотечение в просвет желудочно-кишечного тракта, внутрибрюшное кровотечение.
 11. Понятие о закрытых повреждениях. Ушибы. Растяжения связок. Межмышечные гематомы. Вывихи. Оказание первой помощи.
 12. Переломы костей, их виды. Переломы, их разновидности. Клинические симптомы. Общие симптомы переломов. Признаки открытого и закрытого переломов конечностей. Признаки перелома позвоночника.
 13. Признаки повреждения костей черепа. Имобилизация при переломах. Оказание неотложной помощи.
 14. Черепно-мозговые травмы. Сотрясение, ушиб, сдавление головного мозга. Признаки. Оказание первой помощи. Травматический шок. Понятие о защитных реакциях при шоке. Стадии травматического шока (эректильная и торпидная), их внешние проявления.
 15. Схема оказания первой помощи при травматическом шоке. Термические повреждения. Ожоги, отморожения. Классификация. Клиническая картина. Оказание первой помощи.

Тема 4. Основные понятия эпидемиологии и микробиологии. Инфекционные болезни в современном обществе.

1. Механизм развития инфекционных заболеваний, их классификация.
2. Понятия об эпидемическом процессе, его формы. Очаги инфекции. Изоляция источника инфекции. Карантин.
3. Основные понятия иммунологии.
4. Понятие об иммунитете и основных защитных факторах организма. Антигены, антитела, реакции агглютинации.
5. Аллергия и аллергические реакции. Вакцины и сыворотки. Показания и противопоказания к прививкам.

6. Основные группы инфекционных заболеваний. Инфекционные болезни в современном обществе.
7. Механизм развития инфекционных заболеваний, их классификация. Понятия об эпидемическом процессе, его формы. Очаги инфекции. Изоляция источника инфекции. Карантин.
8. Острые респираторные заболевания (ОРЗ). Грипп. Разновидности.
9. Туберкулез. Причины роста заболеваемости. Различные формы клинических проявлений.
10. Корь. Скарлатина. Дифтерия. Пути распространения. Клинические симптомы. Принципы лечения и профилактики. Полиомиелит. Программа ВОЗ глобальной ликвидации полиомиелита.
11. Причины и клинические проявления кишечных инфекций. Устойчивость возбудителей. Механизм развития обезвоживания. Лечебные и профилактические мероприятия.
12. Характеристика пищевых токсикоинфекций. Сальмонеллез. Ботулизм. Гепатит. Разновидности. Механизм развития клинических проявлений. Эпидемиология и профилактика.
13. Гельминтозы. Особенности распространения. Клинические проявления. Лечение и профилактика.
14. Основные противоэпидемические мероприятия. Профилактика инфекционных заболеваний в школе.

Тема 4. Медико-педагогические аспекты профилактики болезней, передающихся половым путем, в подростковом возрасте.

1. Роль образовательных учреждений в профилактике нарушений репродуктивного здоровья школьников. Репродуктивное здоровье как показатель благополучия личности, общества и государства.
2. Понятие о планировании беременности, об абортах, их характеристика, осложнения.
3. Причины самопроизвольного аборта: инфантилизм, болезни желез внутренней секреции, резус-конфликт, инфекционные заболевания, воздействие химических веществ, курение, алкоголь, лекарственные препараты. Медицинские последствия абортов.
4. ВИЧ-инфекция, СПИД. Причины, способы передачи инфекции, стадии болезни.
5. ЗППП. Этиология, патогенез болезней, источники инфекции, проявления, опасность для будущего потомства, профилактика ЗППП.

2.2. Тестовые задания

1) В медицине здоровье человека рассматривается как:

- а) нормальное функционирование всех систем организма человека в покое;
 - б) отсутствие хронических, наследственных заболеваний;
 - в) адаптация организма к воздействию окружающей среды;
 - г) состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.
- 2) К благоприятным факторам медицинского обеспечения для здоровья населения по оценке экспертов Всемирной организации здравоохранения относится:
- а) низкий уровень мероприятий первичной профилактики среди населения;
 - б) недостаток обеспечения качественной медицинской помощью;
 - в) организация и осуществление мониторинга за здоровьем населения;
 - г) отсутствие постоянного медицинского контроля за динамикой здоровья граждан.
- 3) В структуре заболеваемости по обращаемости первое место занимают болезни:

- а) органов дыхания;
 - б) эндокринной системы;
 - в) кожи и подкожной клетчатки;
 - г) костно-мышечной системы.
- 4) Для лечения туберкулеза применяют:
- а) преднизолон;
 - б) но шпу;
 - в) рифампицин;
 - г) димедрол.
- 5) Обязательным признаком обморока является отсутствие:
- а) реакции зрачков на свет;
 - б) сознания;
 - в) дыхания;
 - г) сердечных сокращений.
- 6) Неспецифическая защита организма не связана с:
- а) секретами биологических жидкостей организма;
 - б) функционирование нормальной микрофлоры слизистых;
 - в) чистой неповрежденной кожей;
 - г) введением иммунных сывороток.
- 7) Симптомами пищевого отравления являются:
- а) боли в животе, жидкий стул со слизью и прожилками крови, озноб;
 - б) чувство тяжести в животе, тошнота, рвота, слабость, легкий озноб;
 - в) тошнота, головная боль, потливость, повышение артериального давления;
 - г) боли в животе, отдающие в паховую область; тошнота, рвота, озноб.
- 8) Инсулинозависимый сахарный диабет чаще всего регистрируется среди:
- а) пожилых людей;
 - б) престарелых;
 - в) детей;
 - г) лиц зрелого возраста.
- 9) Биологическое действие электрического тока на организм проявляется в:
- а) расслоении тканей с последующим их отрывом;
 - б) появлении ожогов кожи различной степени тяжести;
 - в) развитии тетанических судорог скелетных мышц;
 - г) развитии электролиза тканей.
- 10) Проведение реанимационных мероприятий необходимо пострадавшим в (при):
- а) состоянии клинической смерти;
 - б) торпидной фазе шока;
 - в) преагональном состоянии;
 - г) обмороке.
- 11) К местным признакам раны относится:
- а) кровотечение;
 - б) шок;
 - в) нагноение;
 - г) потеря чувствительности.

2.3. Ситуационные задачи

1. Пожилая женщина, страдающая гипертонической болезнью, стала невольной участницей скандала. Придя из магазина, легла, поскольку появилась очень сильная головная боль, тошнота, головокружение, боли в сердце, перед глазами замелькали «темные мушки». Объективно: пульс напряженный, твердый, АД 220/130 мм рт.ст.

Какое острое состояние развилось? Первая помощь. Профилактика.

2. Учитель месяц работал с большой нагрузкой, не досыпал по ночам. Постепенно он стал ощущать к концу дня сильное утомление, слабость, рассеянность внимания, головную боль, головокружение и тошноту. Обратился в медпункт, где ему измерили АД. Оно оказалось 170/110 мм рт. ст. О каком заболевании идет речь? Что предпринять? Профилактика.
3. Мужчина 56 лет очень спешил, боясь опоздать на электричку, и вдруг почувствовал сильную боль давящего характера за грудиной. Боль иррадиировала в левую руку, под лопатку слева и продолжалась несколько минут. О каком заболевании надо думать? Какое состояние развилось? Первая помощь.
4. Пожилой учитель в ответ на грубость старшеклассника внезапно побледнел, зашатался, схватился за грудь. На лице отразились страх и страдание. Известно, что он периодически принимал под язык какие-то маленькие таблетки. О каком заболевании идет речь? Опишите симптомы острого состояния. Первая помощь.
5. Пожилой человек, получив известие о внезапной смерти близкого, ощутил чрезвычайно сильные, раздирающего характера боли, охватывающие всю грудную клетку. Он начал метаться от боли и страха, затем вдруг побледнел, открылась рвота, и он упал. Пульс и дыхание отсутствуют. О каком заболевании идет речь? Что за состояние развилось? Первая помощь.

2.4. Тематика докладов, рефератов

1. Понятие о здоровом образе жизни
2. Личная гигиена как компонент здорового образа жизни.
3. Физическое развитие как критерий здоровья.
4. Биологические ритмы человека.
5. Рациональное питание.
6. Профилактика табакокурения, алкоголизма и наркомании среди молодежи
7. Факторы, отрицательно влияющие на здоровье человека
8. Понятие о гиподинамии
9. Роль осанки для здоровья человека
10. Сон как основа здоровья человека
11. Зрение как неотъемлемая часть здоровья
12. Значение режима труда и отдыха для здоровья
13. Закаливание – важный путь укрепления здоровья

2.5. Вопросы для промежуточной аттестации по дисциплине (зачет)

1. Стенокардия: причины, признаки, первая помощь.
2. Основные виды действия лекарственных препаратов: главное, побочное, местное, резорбтивное, рефлекторное. Понятие о синергизме, антагонизме, кумуляции, привыкании.
3. Острый бронхит: причины, признаки, понятие о лечении.
4. Отравление. Понятие, виды, признаки. Неотложная помощь.
5. Инфаркт миокарда: причины, признаки, первая помощь.
6. Гипертонический криз: причины, признаки, первая помощь.
7. Понятие об аллергии. Аллергические реакции замедленного и немедленного типа (отек Квинке, крапивница, анафилактический шок).

8. Бронхиальная астма, приступ: причины признаки, первая помощь.
9. ВИЧ-инфекция: возбудитель, пути передачи, признаки, профилактика.
10. Туберкулез: возбудитель, пути передачи, клинические формы. Техника проведения и чтение реакции Манту.
11. Легочное кровотечение: причины, признаки, первая помощь
12. Профилактика туберкулеза.
13. Грипп: возбудитель, источник инфекции, пути передачи, симптомы, уход, профилактика.
14. Обморок, коллапс, шок: причины, признаки, первая помощь, профилактика.
15. Острый гастрит: причины, признаки, неотложная помощь.
16. Печеночная колика: причины, признаки, неотложная помощь.
17. Понятие о болезни, причинах и механизмах развития болезней.
18. Пути введения лекарств в организм. Применение лекарственных средств: лекарственные формы и дозировка. Составление домашней аптечки.
19. Меры воздействия на кровообращение. Определение температуры тела (особенности у детей) и построение графика температурной кривой.
20. Меры воздействия на кровообращение. Техника постановки банок: показания и противопоказания. Техника применения горчичников, горчичных обертываний.
21. Меры воздействия на кровообращение. Наложение согревающего компресса. Техника проведения ингаляций.
22. Уход за тяжелобольными: профилактика пролежней, обработка глаз, полости рта, носа.
23. Здоровье в системе ценностей жизни.
24. Состояние здоровья населения Алтайского края.
25. Здоровый образ жизни.
26. Значение здорового образа жизни в предупреждении употребления алкоголя, наркомании, курения табака, токсикомании.
27. Формирование здорового образа жизни
28. Влияние семьи на формирование здорового образа жизни.
29. Роль личности в сохранении и укреплении своего здоровья.
30. Профилактические медицинские осмотры.
31. Понятие об активном отдыхе, оздоровительная направленность досуга.
32. Использование свободного времени для улучшения здоровья.
33. Благоприятные условия природной, производственной и бытовой среды.
34. Рациональный режим труда и отдыха.
35. Влияние физических упражнений на здоровье человека
36. Сбалансированное питание.

3. Технологическая карта формирования компетенций и их оценивания

Перечень компетенций	Виды учебной деятельности	Формы контроля и оценочные средства	Вес по шкале оценивания (% или балл)
ОК-9	Лекции	Вопросы для устного опроса	10 % (10 баллов)
ОК-9	Практические занятия	Вопросы для устного опроса Ситуационные задачи	30 % (30 баллов)
ОК-9	Самостоятельная работа	Вопросы для устного опроса Ситуационные задачи	20 % (20 баллов)
ОК-9	Контрольный срез 1	Тестовые задания	10 % (10 баллов)

ОК-9	Контрольный срез 2	Тестовые задания	10 % (10 баллов)
ОК-9	Зачет	Вопросы для промежуточного контроля	20 % (20 баллов)

4. Перечень компетенций и критерии оценивания их сформированности

Перечень компетенций	Оценка / уровень			
	Неудовл (0-49 балл.)	Удовл (50-69 балл.) Пороговый уровень	Хорошо (70-84 балл.) Базовый уровень	Отлично (85-100 балл.) Высокий уровень
ОК-9	Не сформировано	<p>Знает: теоретические проблемы безопасности жизнедеятельности в условиях чрезвычайных ситуаций, правила поведения учителя в чрезвычайных ситуациях.</p> <p>Умеет: оценивать ситуации возможных травм, проводить первичное распознавание травм и повреждений.</p> <p>Владеет: навыками оказания первой помощи при травмах, потери сознания, кровотечения, других неотложных состояниях.</p>	<p>Знает: теоретические проблемы безопасности жизнедеятельности в условиях чрезвычайных ситуаций, алгоритм действий учителя в чрезвычайных ситуациях, правила организации защиты населения в мирное и военное время, организации ГО в образовательных учреждениях; методы, средства, способы оказания первой помощи при травмах и ранениях.</p> <p>Умеет: оценивать ситуации возможного получения травм в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; провести диагностику и распознать основные признаки травм; - оказывать первую помощь при травмах и неотложных состояниях.</p> <p>Владеет: навыками по мерам защиты в условиях</p>	<p>Знает: проблемы безопасности жизнедеятельности и в условиях чрезвычайных ситуаций, характеристику опасностей и алгоритм действий учителя в чрезвычайных ситуациях, правила организации защиты населения в мирное и военное время, организации ГО в образовательных учреждениях; методы, средства, способы оказания первой помощи при травмах и ранениях, терминальных состояниях, ожогах, отморожениях.</p> <p>Умеет: оценивать ситуации возможного получения травм в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;</p>

			<p>чрезвычайных ситуаций; навыками оказания первой помощи при травмах, потери сознания, кровотечении, других неотложных состояниях.</p>	<p>провести диагностику и распознать виды кровотечений, признаки клинической смерти, признаки перелома и других травм; оказывать первую помощь при травмах, внезапной смерти и неотложных состояниях. Владеет: полученными навыками по мерам защиты в условиях чрезвычайных ситуаций; способами профилактики поражения от вредных и опасных факторов; навыками оказания первой помощи при травмах, потери сознания, кровотечении, других неотложных состояниях.</p>
--	--	--	---	--