МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
«Дальневосточный федеральный университет»
(ДВФУ)

ШКОЛА ПЕДАГОГИКИ

«СОГЛАСОВАНО»
Руководитель ОП

_____ Бондаренко М.В.
(подпись) (Ф.И.О. рук.ОП)
«20 » мая 2015 г.

«УТВЕРЖДАЮ»
Заведующий кафедрой
географии, экологии и охраны здоровья детей

_____ Ключников Д.А.
(подпись) (Ф.И.О. зав. каф.)
«20» мая 2015 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
Основы медицинских знаний и здорового образа жизни
Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование,
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
для всех профилей
Форма подготовки очная/заочная

курс 1 семестр 2
лекции 8 (час.)
практические занятия 28 час.
лабораторные занятия не предусмотрены
в том числе с использованием МАО лек.4 /пр.14час.
консультации не предусмотрены
всего часов аудиторной нагрузки 36 (час.)
в том числе с использованием МАО 18 час.
самостоятельная работа 36 (час.)
контрольные работы не предусмотрены
зачет 2 семестр
экзамен не предусмотрен

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта высшего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 04.12.2015 г. № 1426, от 09.02.2016 № 91.

Рабочая программа обсуждена на заседании кафедры географии, экологии и охраны здоровья детей, протокол № 10 от «20» мая 2015 г.

Заведующий кафедрой: канд.биол..наук. Ключников Д.А.

Составитель (ли): канд. пед. наук, доцент Симоненко С.М.

Оборотная сторона титульного листа РПУД

II. Рабочая программа пересмотрена на заседании кафедры:

Протокол от «_____» _____ 20___ г. № _____

Заведующий кафедрой _____ _____

(подпись) (И.О. Фамилия)

II. Рабочая программа пересмотрена на заседании кафедры:

Протокол от «_____» _____ 20___ г. № _____

Заведующий кафедрой _____ _____

(подпись) (И.О. Фамилия)

Аннотация к рабочей программе дисциплины

«Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»

Рабочая программа учебной дисциплины «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» разработана для студентов 1 курса, обучающихся по направлению 44.03.01 Педагогическое образование, 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), в соответствии с требованиями ФГОС ВО по данному направлению.

Данная дисциплина относится к дисциплинам базовой части. Общая трудоемкость освоения дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 часа, в том числе на лекционные занятия 8 часов, практические занятия 28 часов, самостоятельная работа студентов 36 часов. Дисциплина реализуется на 1 курсе в 2 семестре. Изучение дисциплины заканчивается зачетом.

Содержание дисциплины охватывает круг вопросов:

Проблемы здоровья учащихся различных возрастных групп. Основные признаки нарушения здоровья ребенка. Понятие о микробиологии, иммунологии и эпидемиологии. Меры профилактики инфекционных заболеваний. Понятие о неотложных состояниях, причины и факторы их вызывающие. Диагностика и приемы оказания первой помощи при неотложных состояниях. Комплекс сердечно-легочной реанимации и показания к ее применению, критерии эффективности. Характеристика детского травматизма. Меры профилактики травм и первая помощь при них. Здоровый образ жизни как биологическая и социальная проблема. Принципы и методы формирования здорового образа жизни учащихся. Формирование мотивации к здоровому образу жизни. Медико-гигиенические аспекты здорового образа жизни. Профилактика вредных привычек. Здоровьесберегающая функция учебно-воспитательного процесса. Роль учителя в формировании здоровья учащихся и профилактике заболеваний. Совместная деятельность школы и семьи в формировании здоровья и здорового образа жизни учащихся. Материал ориентирован на вопросы общекультурной и общепрофессиональной компетенции будущих специалистов данного направления.

Дисциплина «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» логически и содержательно связана с такими курсами, как «Возрастная анатомия, физиология и школьная гигиена», «Безопасность жизнедеятельности».

Цель: формирование у студентов педагогического вуза необходимой системы знаний и умений в области основ медицинских знаний и здорового образа жизни при подготовке к их профессиональной деятельности через изучение основам медицины, овладение научной терминологией и навыкам оказания первой медицинской помощи при острой патологии внутренних органов, отравлениях и травмах, с которыми учитель или тренер может встретиться в процессе своей деятельности.

Задачи:

– освоение студентами основ медицинских знаний, сущности медицинских понятий и терминов;

– знакомство с разными методами и способами оказания первой медицинской помощи;

– формирование навыков оказания первой медицинской помощи;

– освоение основных приемов оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях;

– формирование навыков общего и специального ухода за больными;

– постижение основных способов самодиагностики заболеваний на ранней стадии развития;

– приобретение навыков работы с научной и учебной литературой.

В результате изучения данной дисциплины у обучающихся формируются следующие общекультурные и общепрофессиональные компетенции.

Код и формулировка компетенции	**Этапы формирования компетенции**	
ОК-9- способностью использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях	Знает	Методы оказания первой медицинской помощи в экстремальных ситуациях
	Умеет	Использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций
	Владеет	Теоретическими и практическими знаниями для решения вопросов, связанных с оказанием ПМП и

чрезвычайных ситуаций		методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций
ОПК-6- готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся	Знает	Основы безопасности жизнедеятельности и охраны здоровья
	Умеет	Учитывать условия, обеспечивающие охрану жизни и здоровья обучающихся, при организации образовательного процесса
	Владеет	Навыками организации образовательного процесса с использованием здоровье сберегающих технологий

Для формирования вышеуказанных компетенций в рамках дисциплины «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» применяются следующие методы активного обучения: ведомая (управляемая) лекция-беседа; семинар-пресс-конференция.

I. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ ЧАСТИ КУРСА

Лекционные занятия (8 часов)

Раздел I. Здоровый образ жизни как биологическая и социальная проблема (8/2 час.)

Тема 1. Факторы, определяющие здоровье и болезнь. Показатели общественного и индивидуального здоровья. Группы здоровья (2/1 час.)

Значение дисциплины «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» для педагогов в их профессиональной деятельности. Цель. Задачи. Определение понятия «здоровье», «болезнь», «переходное состояние». Уровни здоровья - биологическое, психическое, социальное. Факторы, определяющие здоровье и болезнь.

Определение общественного здоровья. Основные показатели общественного здоровья: рождаемость, смертность, естественный прирост, младенческая смертность, средняя продолжительность предстоящей жизни. Динамика этих показателей. Структура заболеваемости учащихся различных возрастных групп. Критерии оценки индивидуального здоровья. Субъективные и объективные показатели. Комплексная оценка состояния здоровья ребенка. Группы здоровья.

Тема 2. Человек и окружающая среда. Адаптация организма к изменяющимся условиям окружающей среды. Здоровый образ жизни и его составляющие (2 час.)

Человек и окружающая среда. Физические, биологические, социальные и психологические факторы. Адаптация и ее виды. Понятие стресса, стрессовых факторов, айстресса, дистресса. Общий адаптационный синдром. Стадии развития стресса. Стрессоры. Стрессоустойчивость. Способы антистрессовой защиты.

Определение понятий «уровень жизни», «качество жизни», «здоровый образ жизни». Факторы жизнедеятельности, оказывающие влияние на формирование здорового образа жизни**.** Основные составляющие здорового образа жизни. Мотивация здоровья. Здоровьесберегающие технологии в образовании.

Тема 3. Профилактика потребления психоактивных веществ (2 час.)

Социально-психологические и медико-биологические факторы развития химической зависимости. Наркомании и токсикомании: терминология, синдромология, классификация. Неспецифические и специфические признаки употребления психоактивных веществ. Виды профилактики. Профилактическая работа с учащимися разных возрастных групп.

Тема 4. Методы оздоровления и укрепления здоровья: рациональное питание, физическая культура и закаливание (2/1 час.)

Функция питания. Заболевания, связанные с нарушением питания. Основы рационального питания. Энергетическая ценность пищи и энергетические затраты организма ребенка и подростка. Значение и потребности макро- и микронутриентов в питании детей и подростков. Пищевая ценность продуктов питания. Организация питания в образовательных учреждениях.

Эволюционные предпосылки двигательной активности. Гиподинамия. Физическая культура, общие эффекты и принципы физической тренировки. Место физической культуры в жизнедеятельности человека. Физиологическая сущность закаливания.

Организация системы закаливания с использованием научно-обоснованных методов. Неспецифические, специальные и нетрадиционные способы закаливания. Личная гигиена и ее влияние на здоровье.

Раздел 2. Понятие неотложных состояний (2/2 час.)

Тема 1. Неотложные состояния в клинике заболеваний сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, желудочно-кишечного тракта, эндокринных, аллергических и пароксизмальных состояний (1/1 час.)

Заболевания сердца и сосудов в детском возрасте и их профилактика (врожденные пороки сердца, миокардит, ревматизм). Ишемическая болезнь сердца (стенокардия, инфаркт миокарда). Этиология, патогенез, клинические проявления. Первая медицинская помощь при приступе стенокардии и инфаркте миокарда. Острый (геморрагический и ишемический) инсульт. Первая медицинская помощь в остром периоде инсульта. Гипертоническая болезнь. Этиология, патогенез. Первая медицинская помощь при гипертоническом кризе. Факторы риска и вопросы профилактики заболеваний сердечно-сосудистой системы.

Бронхиальная астма: этология, патогенез, клиника, первая медицинская помощь при приступе бронхиальной астмы. Понятие острой дыхательной недостаточности. Причины. Ложный круп: симптомы и первая медицинская помощь.

Острый гастрит: этиология, патогенез, клиника, принципы лечения и профилактика. Пищевые отравления. Виды, причины, признаки, первая медицинская помощь.

Сахарный диабет: этиология, патогенез, клинические проявления. Особенности течения сахарного диабета у детей. Гипо- и гипергликемическая кома, признаки, первая медицинская помощь.

Понятие об аллергенах, антигенах, антителах и аллергической реакции. Клинические формы аллергических заболеваний: аллергические реакции немедленного и замедленного типа. Анафилактический шок, крапивница: признаки и первая медицинская помощь. Дерматит атопический: признаки, принципы лечения и профилактика.

Пароксизмы: определение и классификация. Эпилепсия: этиология, классификация эпилептических припадков, клинические проявления. Первая медицинская помощь при эпилептическом припадке. Неэпилептические пароксизмы. Обмороки: признаки, первая медицинская помощь. Фебрильные припадки: клинические проявления, первая медицинская помощь.

Тема 2. Детский травматизм. Первая помощь при травмах и меры профилактики (1/1 час.)

Травматизм, виды. Профилактика школьного травматизма. Травмы головы, позвоночника, груди, живота, конечностей: краткая характеристика и первая медицинская помощь. Травматический шок и травматический токсикоз. Клинические проявления и первая медицинская помощь. Кровотечение: определение, классификация, признаки, первая медицинская помощь. Раны: определение, классификация, виды, признаки, осложнения. Первая медицинская помощь при ранениях. Ожоги, отморожение, замерзание: признаки, первая медицинская помощь.

Тема 3. Основные приемы сердечно-легочной реанимации (2 час.)

Терминальные состояния: периоды, признаки. Причины и признаки остановки сердца и дыхания. Основные реанимационные мероприятия: непрямой массаж сердца и искусственное дыхание. Критерии эффективности проведения реанимационных мероприятий.

Раздел 3. Основы микробиологии, эпидемиологии и иммунологии (4/2 часа)

Тема 1. Основные понятия иммунологии, микробиологии и эпидемиологии (2/1 час.)

Понятие об эпидемическом и инфекционном процессах, эпидемическом очаге и звеньях эпидемического процесса. Формы интенсивности эпидемического процесса (спорадия, эпидемия, пандемия). Иммунитет: определение, виды. Вакцинация, виды.

Тема 2. Основные группы инфекционных заболеваний и их профилактика (2/1 час.)

Классификация инфекционных болезней человека. Профилактика инфекций дыхательных путей, кишечных, кровяных и наружных кожных покровов. Профилактика детских инфекций: кори, скарлатины, дифтерии, полиомиелита, коклюша, ветряной оспы, эпидемического паротита, краснухи. Национальный календарь профилактических прививок. Гельминтозы: этиология, эпидемиология, клиника и профилактика.

II. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИЧЕСКОЙ ЧАСТИ КУРСА

Практические занятия (28/12 час.)

Занятие 1. Методы оздоровления и укрепления здоровья: рациональное питание, физическая культура и закаливание (2/1 час.)

Цель: определить наиболее значимые составляющие здорового образа жизни.

Вопросы:

1. Концепция рационального питания. Значение в питании белков, жиров углеводов, витаминов и минералов. Энергетическая ценность рациона.
2. Организация питания в образовательных учреждениях.
3. Физиологическая сущность закаливания. Специальные способы закаливания: воздушные ванны, воздействие солнечных лучей, закаливание водой. Нетрадиционные способы закаливания.
4. Двигательные навыки и двигательные качества. Рекомендации по оптимальному использованию средств тренировки для функционирования основных систем организма.

Занятие 2. Неотложные состояния в клинике заболеваний сердечно-сосудистой системы (2/1 час.)

Цель: изучение причин, признаков и характера оказания первой медицинской помощи наиболее распространенных заболеваний детей и взрослых.

Вопросы:

1. Анатомия и физиология особенности сердечно-сосудистой системы. Строение сердца. Ритм работы сердца. Большой и малый круги кровообращения.
2. Заболевания сердца и сосудов в детском возрасте и их профилактика.
3. Ишемическая болезнь сердца. Этиология, патогенез. Клинические проявления и первая медицинская помощь при приступе стенокардии и инфаркте миокарда.
4. Гипертоническая болезнь. Этиология, патогенез. Первая медицинская помощь при гипертоническом кризе. Методики измерения АД и пульса, их характеристика.

Занятие 3. Неотложные состояния в клинике заболеваний органов дыхания (2 час.)

Цель: рассмотреть заболевания органов дыхания, неотложные состояния в клинике этих заболеваний и вопросы ухода за больными

Вопросы:

1. Анатомия и физиология дыхательной системы.
2. Понятие об острой дыхательной недостаточности. Причины. Ложный круп. Первая медицинская помощь.
3. Бронхиты и пневмонии: этиология, патогенез, клинические проявления, принципы лечения.
4. Бронхиальная астма: этиология, патогенез, клинические проявления, первая медицинская помощь при приступе бронхиальной астмы.
5. Общие принципы ухода за больными. Уход за лихорадящими больными.

Занятие 4. Неотложные состояния при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. Острые пищевые отравления (6/1 час.)

Цель: рассмотреть заболевания органов пищеварения, вопросы их профилактики, причины острых пищевых отравлений и меры их профилактики

Вопросы:

1. Анатомия и физиология желудочно-кишечного тракта.

2. Понятие, этиология, клиника и принципы лечения острого и хронического гастрита, желчнокаменной болезни. Первая медицинская помощь при приступе печеночной колики.
3. Язвенная болезнь желудка и 12-перстной кишки: причины, клинические проявления, осложнения, профилактические мероприятия.
4. Пищевые отравления: виды, причины, признаки, первая медицинская помощь.

Занятие 5. Неотложные состояния при эндокринных заболеваниях (1 час.)

Цель: научиться распознавать и оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях в клинике сахарного диабета

Вопросы:

1. Сахарный диабет: этиология, патогенез, клинические проявления, диагностика.
2. Неотложные состояния в клинике сахарного диабета: причины, клинические проявления (гипер- и гипогликемические состояния). Принципы оказания первой медицинской помощи в клинике сахарного диабета.

Занятие 6. Неотложные состояния при аллергических заболеваниях (6час.)

Цель: изучение причин развития аллергических состояний, их проявлений и осложнений

Вопросы:

1. Аллергические состояния: этиология, патогенез, факторы риска.
2. Клинические проявления аллергических реакций немедленного типа: анафилактический шок, крапивница, отек Квинке, аллергический ринит и конъюнктивит. Первая медицинская помощь при аллергических реакциях немедленного типа.
3. Клинические проявления аллергических реакций замедленного типа (атопический дерматит). Принципы лечения. Особенности профилактики у детей.

Занятие 7. Заболевания мочевыделительной системы и их профилактика (2 час.)

Цель: рассмотрение причин развития и клинических проявлений заболеваний мочевыделительной системы

Вопросы:

1. Мочевыделительная система. Анатомия, физиология.
2. Острый и хронический нефрит, острый цистит: этиология, клинические проявления, принципы лечения и профилактика.
3. Почечно-каменная болезнь: причины, факторы риска. Почечная колика: клинические проявления, первая медицинская помощь.
4. Пиелонефрит: определение, причины, признаки, осложнения, принципы лечения и профилактика.

Занятие 8. Принципы лекарственной помощи (2/1 час.)

Цель: ознакомление с видами действия лекарственных средств и способами их введения

Вопросы:

1. Принципы лекарственной терапии: виды действия лекарств, пути выведения и обезвреживания.
2. Пути применения лекарственных средств: энтеральные и парентеральные (с нарушением и без нарушения целостности кожи).
3. Понятие об инъекциях. Виды. Техника подкожных и внутримышечных инъекций.

Занятие 9. Основные приемы сердечно-легочной реанимации (2 час.)

Цель: отработка навыков оказания реанимационной помощи на фантоме

Вопросы:

1. Реанимационные мероприятия при острых нарушениях дыхания. Первая медицинская помощь при попадании в дыхательные пути инородных тел.

2. Реанимационные мероприятия при внезапной остановке сердца. Особенности реанимации у детей.

Практическая часть работы: выполнение непрямого массажа сердца и искусственного дыхания на реанимационном фантоме.

Занятие 10. Основные группы инфекционных заболеваний и их профилактика (2/1 час.)

Цель: рассмотреть наиболее часто встречающиеся заболевания и вопросы их профилактики

Вопросы:

1. Инфекции дыхательных путей (грипп, ангина). Этиология, эпидемиология, клиника, профилактика.
2. Кишечные инфекции (дизентерия, сальмонеллезы). Этиология, эпидемиология, клиника, профилактика.
3. Гельминтозы (энтеробиоз, дифиллоботриоз). Этиология, эпидемиология, клиника, профилактика.
4. Детские инфекции (корь, скарлатина, полиомиелит, коклюш, ветряная оспа, эпидемический паротит, краснуха). Этиология, эпидемиология, клиника, профилактика.
5. Грибковые поражения кожи и ее придатков(эпидермофития, микроспория, трихофития). Профилактические мероприятия.
6. Этиология, эпидемиология, клинические проявления чесотки и педикулеза. Профилактические и противоэпидемические мероприятия.

Занятие 11. Детский травматизм. Первая помощь при травмах и меры профилактики (2/1 час.)

Цель: отработка практических навыков по оказанию первой медицинской помощи при кровотечениях и травмах

Вопросы:

1. Определение кровотечений и их классификация. Признаки артериального, венозного, капиллярного и паренхиматозного кровотечений. Симптомы острой кровопотери.
2. Способы временной остановки кровотечений: наложение давящей повязки; пальцевое прижатие артерий на голове (височной), шее

(общей сонной), конечностях (подключичной, подмышечной, плечевой, лучевой, локтевой, бедренной, большеберцовой задней, артерии тыла стопы); придание конечностям вынужденного положения; наложение кровоостанавливающего жгута.

3. Признаки и первая медицинская помощь при ушибах, растяжениях связок, вывихах и переломах костей конечностей.
4. Признаки и первая медицинская помощь при травмах головы, позвоночника, груди и живота.

III. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» представлено в Приложении 1 и включает в себя:

план-график выполнения самостоятельной работы по дисциплине, в том числе примерные нормы времени на выполнение по каждому заданию;

характеристика заданий для самостоятельной работы обучающихся и методические рекомендации по их выполнению;

требования к представлению и оформлению результатов самостоятельной работы;

критерии оценки выполнения самостоятельной работы.

IV. КОНТРОЛЬ ДОСТИЖЕНИЯ ЦЕЛЕЙ КУРСА

№ п/п	Контролируемые разделы дисциплины	Коды и этапы формирования компетенций		Оценочные средства - наименование	
				текущий контроль	промежуточный контроль
1.	Раздел 1. Здоровый образ жизни как биологическая и социальная	ОК-9	знает	Конспект (ПР-7), Собеседование (УО-1)	Вопросы к зачету 1-7

	проблема		умеет	Конспект (ПР-7); презентация доклада (ПР-3)	
			владеет	Кейс-задача (ПР-11)	
2.	Раздел 2. Понятие неотложных состояний	ОПК-6	знает	Конспект (ПР-7); Собеседование (УО-1)	Вопросы к зачету 8-28
			умеет	Конспект (ПР-7); презентация доклада (ПР-3)	
			владеет	Кейс-задача (ПР-11)	
3.	Раздел 3. Основы микробиологии, эпидемиологии и иммунологии	ОПК-6	знает	Конспект (ПР-7); Собеседование (УО-1)	Вопросы к зачету 29-52
			умеет	Конспект (ПР-7); презентация доклада (ПР-3)	
			владеет	Кейс-задача (ПР-11)	

Типовые контрольные задания, методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности, а также критерии и показатели, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и характеризующие этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы, представлены в Приложении 2.

V. СПИСОК УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ И ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Основная литература

(электронные и печатные издания)

1. Абаскалова, Н. П. Физиологические основы здоровья: Учеб. пос. / Н.П. Абаскалова и др.; Отв. ред. Р.И. Айзман. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : НИЦ ИНФРА-М, 2015. - 351 с. + (Доп. мат. znanium.com). - (ВО: Бакалавр.). ISBN 978-5-16-009280-5. - Текст: электронный. https://new.znanium.com/catalog/product/429950

2. Баянова Н.А. Медико-социальные аспекты инвалидности. Медико-социальная экспертиза [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Н.А. Баянова, Д.Н. Бегун, Е.Л. Борщук, Е.А. Васильев и др.— Электрон. текстовые данные.— Оренбург: Оренбургская государственная медицинская академия, 2013.— 52 с. http://www.iprbookshop.ru/21825.html.

3. Мангушева Н.А. Гигиена физического воспитания и спорта [Электронный ресурс]: учебное пособие для бакалавров/ Мангушева Н.А.— Электрон. текстовые данные.— Ульяновск: Ульяновский государственный педагогический университет имени И.Н. Ульянова, 2014.— 88 с. http://www.iprbookshop.ru/59160.html

Дополнительная литература

(печатные и электронные издания)

1. Суторьма, И.И. Предупреждение и ликвидация чрезвычайных ситуаций: учеб. пособие / И.И. Суторьма, В.В. Загор, В.И. Жукалов. — Минск: Новое знание. - М.: ИНФРА-М, 2018. - 270 с. Режим доступа: http://znanium.com/catalog/product/958455

2. Ганиева Г.Р. Мы за здоровый образ жизни [Электронный ресурс]: методическое пособие по формированию представлений о здоровом образе жизни у младших школьников/ Ганиева Г.Р., Абдульменева Л.Р. Набережные Челны: Набережночелнинский государственный педагогический университет, 2017.— 32 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/73542.html.

3. Татарова С.Ю. Физическая культура как один из аспектов составляющих здоровый образ жизни студентов [Электронный ресурс]/ Татарова С.Ю., Татаров В.Б. М.: Научный консультант, 2017.— 211 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/75150.html.

5. Бакешин К.П. Основы здорового образа жизни студента [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Бакешин К.П. СПб.: Санкт-

Петербургский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2016.— 96 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/66829.html .

6. Ишмухаметов М.Г. Теория и методика оздоровительно-рекреационной физической культуры и спорта. Питание в здоровом образе жизни [Электронный ресурс]: учебное пособие. / Ишмухаметов М.Г. Пермь: Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2014.— 193 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/32246.html .

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

ЭБС

Научная библиотека ДВФУ: https://www.dvfu.ru/library/

Электронно-библиотечная система Издательства "Лань" (https://e.lanbook.com/);

Электронная библиотека "Консультант студента" http://www.studentlibrary.ru/);

Электронно-библиотечная система Znanium.com (https://new.znanium.com/);

Электронно-библиотечная система IPR BOOKS (http://www.iprbookshop.ru/);

Электронно-библиотечная система "BOOK.ru" (https://www.book.ru/),

Электронная библиотека "ЮРАЙТ" (https://urait.ru/);

Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU (https://www.elibrary.ru/)

Базы данных и информационные справочные системы

Официальные сайты органов государственной власти. Образовательные порталы
Русскоязычные базы данных и ЭБС
Зарубежные базы данных
Наукометрические, реферативные и библиографические БД
Патентные и нормативно-технические БД
Правовые базы данных
Крупнейшие российские и зарубежные библиотеки
Электронные ресурсы в свободном доступе

Перечень информационных технологий

и программного обеспечения

- Интегрированная платформа электронного обучения Blackboard

ДВФУ. Сублицензионное соглашение Blackboard № 2906/1 от 29.06.2012.

- Microsoft Teams - рабочее пространство на основе чата в Office 365
- Google Класс - бесплатный набор инструментов для работы с электронной почтой, документами и хранилищем
- Сервис для групповой коммуникации Google Meet
- Универсальные офисные прикладные программы и средства ИКТ: текстовые редакторы, электронные таблицы, программы подготовки презентаций, системы управления базами данных, органайзеры, графические пакеты и т.п.;
- глобальная компьютерная сеть Интернет, позволяющая получать доступ к мировым информационным ресурсам (электронным библиотекам, базам данных, хранилищам файлов и т.д.);
- автоматизированные поисковые системы;
- образовательные электронные издания.

Программное обеспечение

- - Лицензия ПО Microsoft: подписка Standard Enrollment 62820593. Дата окончания 2020-06-30. Торговый посредник: JSC "Softline Trade". Номер заказа торгового посредника: Tr000270647-18.
- - Договор на предоставление услуг Интернет: Абонентский договор № 243087 от 1.01.2018 оказания услуг связи
- - Браузер Google Chrome – свободное ПО;
- - Браузер Mozilia Firefox – свободное ПО.

VI. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

На изучение дисциплины «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» отводится 36 часов аудиторной нагрузки и 36 часов самостоятельной работы студентов, заканчивается дисциплина зачетом. 36 учебных часов – это 2 часа в неделю, 1 час из которых на лекционное занятие и 1 час на практическое.

Обучение бакалавров по дисциплине «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» предполагает чтение лекций, проведение

практических занятий, а также самостоятельную работу студента. На практических занятиях разбираются теоретические вопросы учебной дисциплины, а также решаются практические задания, кейс-задачи.

В ходе лекций преподаватель излагает и разъясняет основные, наиболее сложные понятия темы, а также связанные с ней теоретические и практические проблемы, дает рекомендации по выполнению практических занятий и указания по выполнению самостоятельной работы. Для правильного усвоения лекционного материала, необходимо писать опорный конспект лекции: разделить лист на две части, в левой части листа записывать основные понятия и термины, а также ключевые моменты, выделяемые преподавателем при изложении лекционного материала. В дальнейшем дома необходимо изучить соответствующие литературные источники и заполнить правую половину страницы, расшифровав и дополнив термины, понятия и ключевые моменты. При этом, если возникли вопросы, то записать их на полях.

Самостоятельная работа предполагает работу бакалавра с первоисточниками. При этом, предполагается, что студент конспектирует систематизированный материал, излагая материал как в виде текста, так и в табличном варианте.

Конспекты лекций и результатов самостоятельной работы служат оценочным средством, позволяющим преподавателю определить объем конспектируемого материала, способность студента излагать материал, его систематизировать и представлять в форме, удобной для дальнейшей работы.

Практические занятия завершают изучение наиболее важных тем учебной дисциплины. Они служат для закрепления изученного материала, развития умений и навыков, а также для контроля преподавателем степени подготовленности студентов по изучаемой дисциплине.

При выполнении практической работы студенту необходимо внимательно изучить инструкцию по ее выполнению, осмыслить проделанную работу, проанализировать и записать соответствующие выводы. От бакалавров требуется представление систематизированного материала в форме презентации, выполненной в утвержденном формате

ДВФУ. Предполагается обсуждение выступления каждого бакалавра с целью углубленного изучения материала и определения степени владения навыками публичных выступлений.

При подготовке к семинарскому занятию, необходимо изучить лекционный материал по теме семинарского занятия, изучить основную и дополнительную литературу, провести анализ литературных источников по теме занятия, подготовить вопросы (если такие имеются), выучить основные понятия и термины, подготовить доклад или презентацию.

При подготовке к практическим занятиям студенты имеют возможность воспользоваться консультациями преподавателя. Кроме указанных тем студенты вправе, по согласованию с преподавателем, выбирать и другие интересующие их темы.

Качество учебной работы студентов преподаватель оценивает в конце практического занятия, выставляя в рейтинговую систему оценки студентов текущие баллы в течение недели после занятия. Студент имеет право ознакомиться с ними.

VII. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практики, иных видов учебной деятельности, предусмотренных учебным планом образовательной программы	Наименование помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом, в том числе помещения для самостоятельной работы, с указанием перечня основного оборудования, учебно-наглядных пособий и используемого программного обеспечения	Адрес (местоположение) помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом (в случае реализации образовательной программы в сетевой форме дополнительно указывается наименование организации, с которой заключен договор)
Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Перечень оборудования:	692508, г. Уссурийск, ул. Некрасова, 35, ауд. 450

	Компьютер Pentium , код CC000000000807, номенклатурный номер 0000134022 Принтер Samsung , лазерный, 3 в 1, код CC0000000002201, Номенклатурный номер 3101040857 Ноутбук Ноутбук Lenovo ThinkPad x121e, код CC0000000001816, Номенклатурный номер 1010000032401 Проектор BenQ MSS113P, переносной, код CC0000000003952, Номенклатурный номер 2101041157 Экран на штативе, код CC0000000004213, Номенклатурный номер 2101041162 Комплекты плакатов по Здоровому образу жизни: Аптечка АИ – II – 20 комплектов	

Приложение 1

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
«Дальневосточный федеральный университет»
(ДВФУ)

ШКОЛА ПЕДАГОГИКИ

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

по дисциплине «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»

Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование,
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
для всех профилей
Форма подготовки очная/заочная

Уссурийск
2015

План-график выполнения самостоятельной работы по дисциплине

№ п/п	Дата/сроки выполнения	Вид самостоятельной работы	Примерные нормы времени на выполнение	Форма контроля
1	1 неделя	Написание конспекта	4 часа	Проверка Конспекта, ПР-7
2	3 неделя	Написание доклада	4 часа	Защита Доклада, ПР-3
3	4 неделя	Подготовка презентации доклада	4 часа	Защита презентации доклада, ПР-3
4	6 неделя	Написание конспекта	2 часа	Проверка Конспекта, ПР-7
5	8 неделя	Написание конспекта	2 часа	Проверка Конспекта, ПР-7
6	10 неделя	Написание конспекта	2 часа	Проверка Конспекта, ПР-7
7	11 неделя	Написание конспекта	2 часа	Проверка Конспекта, ПР-7
8	12 неделя	Написание конспекта	2 часа	Проверка Конспекта, ПР-7
9	13 неделя	Подготовка презентации доклада	4 часа	Защита Презентации доклада, ПР-3
10	14 неделя	Написание конспекта	2 часа	Проверка Конспекта, ПР-7
11	15 неделя	Написание конспекта	2 часа	Проверка Конспекта, ПР-7
12	16 неделя	Написание конспекта	2 часа	Проверка Конспекта, ПР-7

13	17 неделя	Написание конспекта	2 часа	Проверка конспекта, ПР-7
14	18 неделя	Написание конспекта	2 часа	Проверка конспекта, ПР-7
		Итого	36 часов	

Рекомендации по самостоятельной работе студентов

Самостоятельная работа студентов состоит из подготовки к практическим занятиям, работы над рекомендованной литературой, подготовки докладов и презентаций, написания конспектов.

При организации самостоятельной работы преподаватель должен учитывать уровень подготовки каждого студента и предвидеть трудности, которые могут возникнуть при выполнении самостоятельной работы. Преподаватель дает каждому студенту индивидуальные и дифференцированные задания. Некоторые из них могут осуществляться в группе (например, подготовка презентации по одной теме могут делать несколько студентов с разделением своих обязанностей – один готовит научно-теоретическую часть, а второй проводит анализ практики).

Задания для самостоятельного выполнения

1. Написание конспекта.
2. Написание доклада, тема доклада выбирается согласно списку, предложенному преподавателем или самостоятельно студентом, при условии согласования с преподавателем. Защита доклада включается в общий рейтинг дисциплины, как контрольное мероприятие.
3. Подготовка презентаций с использованием мультимедийного оборудования. Публичное выступление с презентацией включается в общий рейтинг дисциплины, как контрольное мероприятие.

Методические рекомендации для написания конспекта

Конспект может быть выполнен в печатной или письменной форме.

Основные требования к конспекту:

1. Тема изучаемого материала.

2. Запись основных понятий, определений, закономерностей, формул, стандартов и т.д.

3. Заключение по пройденному материалу.

4. Список использованных источников.

Конспект должен содержать исходные данные источника, конспект которого составлен.

В нём должны найти отражение основные положения текста. Объём конспекта не должен превышать одну треть исходного текста. Текст может быть как научный, так и научно-популярный.

Сделайте в вашем конспекте широкие поля, чтобы в нём можно было записать незнакомые слова, возникающие в ходе чтения вопросы.

Соблюдайте основные правила конспектирования:

1. Внимательно прочитайте весь текст или его фрагмент – параграф, главу.

2. Выделите информативные центры прочитанного текста.

3. Продумайте главные положения, сформулируйте их своими словами и запишите.

4. Подтвердите отдельные положения цитатами или примерами из текста.

5. Используйте разные цвета маркеров, чтобы подчеркнуть главную мысль, выделить наиболее важные фрагменты текста.

Конспект – это сокращённая запись информации. В конспекте, как и в тезисах, должны быть отражены основные положения текста, которые при необходимости дополняются, аргументируются, иллюстрируются одним или двумя самыми яркими и, в то же время, краткими примерами.

Конспект может быть кратким или подробным. Он может содержать без изменения предложения конспектируемого текста или использовать другие, более сжатые формулировки.

Конспектирование является одним из наиболее эффективных способов сохранения основного содержания прочитанного текста, способствует формированию умений и навыков переработки любой информации.

Конспект необходим, чтобы накопить информацию для написания более сложной работы (коллоквиум, проект).

Виды конспектов: плановый, тематический, текстуальный, свободный.

Плановый конспект составляется на основе плана статьи или плана книги. Каждому пункту плана соответствует определенная часть конспекта.

Тематический конспект составляется на основе ряда источников и представляет собой информацию по определенной проблеме.

Текстуальный конспект состоит в основном из цитат статьи или книги.

Свободный конспект включает в себя выписки, цитаты, тезисы.

Критерии оценки:

- 8_ баллов выставляется бакалавру, если все выполненные конспекты написаны логично, систематизируют представленный материал должным образом;
- 4 балла выставляется бакалавру, если все выполненные конспекты написаны, систематизируют представленный материал должным образом, имеются отдельные неточности в изложении;
- 2 балла выставляется бакалавру, если конспекты написаны, отсутствует логическая систематизация материала;
- 0 баллов выставляется бакалавру, если конспекты отсутствуют.

Составители _____Немцова В.В.

«___»_____2015 г.

Методические указания к написанию письменного доклада

Цели и задачи доклада

Доклад – вид самостоятельной научно-исследовательской работы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее,формулируя определенные выводы по рассматриваемой теме. Избранная студентом проблема изучается и анализируется на основе одного или нескольких источников. Отличительной чертой доклада является научный, академический стиль.

Целями написания доклада являются:

- развитие у студентов навыков поиска актуальных проблем в современной науке и обществе;
- развитие навыков краткого изложения материала с выделением лишь самых существенных моментов, необходимых для раскрытия сути проблемы;
- развитие навыков анализа изученного материала и формулирования собственных выводов по выбранному вопросу в письменной форме, научным, грамотным языком.

Задачами написания доклада являются*:*

- научить студента максимально верно передать мнения авторов, на основе работ которых студент пишет свой доклад;
- научить студента грамотно излагать свою позицию по анализируемой в докладе проблеме;
- подготовить студента к дальнейшему участию в научно – практических конференциях, семинарах и конкурсах;
- помочь студенту определиться с интересующей его темой, дальнейшее раскрытие которой возможно осуществить при написании курсовой работы или диплома;
- уяснить для себя и изложить причины своего согласия (несогласия) с мнением того или иного автора по данной проблеме.

Этапы работы над письменным докладом:

1.Подбор и изучение основных источников по теме (рекомендуется использовать не менее 7-10 источников).

2.Составление библиографии.

3.Обработка и систематизация материала. Подготовка выводов и обобщений.

4.Разработка плана доклада.

5.Написание.

Основные требования к содержанию письменного доклада:

Студент должен использовать только те материалы (научные статьи, монографии, пособия), которые имеют прямое отношение к избранной им

теме. Не допускаются отстраненные рассуждения, не связанные с анализируемой проблемой. Содержание доклада должно быть конкретным, исследоваться должна только одна проблема. Студенту необходимо строго придерживаться логики изложения (начать с определения и анализа понятий, перейти к постановке проблемы, цели, задачам, проанализировать пути ее решения и сделать соответствующие выводы). Доклад должен заканчиваться выведением выводов по теме.

По своей *структуре* доклад состоит из:

1.Титульного листа*;*

2.Оглавления (где последовательно указываются названия пунктов доклада, указываются страницы, с которых начинается каждый пунк)

3.Введения, где студент формулирует актуальность и значимость исследуемой проблемы, цель и задачи доклада;

4.Основной части, в которой последовательно раскрывается избранная тема. Основной текст доклада предполагает разделение на 2-3 параграфа без выделения глав. При необходимости текст реферата может дополняться иллюстрациями, таблицами, графиками, но ими не следует “перегружать” текст;

5.Выводов, где студент формулирует выводы, сделанные на основе основного текста.

6.Списка литературы. В данном списке называются как те источники, на которые ссылается студент при подготовке доклада, так и иные, которые были изучены им при подготовке доклада.

Объем доклада составляет 8-12 страниц машинописного текста, но в любом случае не должен превышать 12 страниц. Интервал – 1,5, размер шрифта – 14, поля: левое, правое и верхнее - 2 см, нижнее – 1 см.. Страницы должны быть пронумерованы. Абзацный отступ от начала строки равен 1,25 см.

Порядок сдачи доклада и его оценка

Доклад пишется студентами в течение семестра в сроки, устанавливаемые преподавателем по конкретной дисциплине, и сдается преподавателю, ведущему дисциплину.

По результатам проверки студенту выставляется определенное количество баллов, согласно рейтинговой системе. При оценке доклада учитываются соответствие содержания выбранной теме, четкость структуры работы, умение работать с научной литературой, умение ставить проблему и анализировать ее, умение логически мыслить, владение профессиональной терминологией, грамотность оформления.

Тематика письменных докладов:

1. Понятие здоровья. Уровни. Понятие болезни. Факторы, определяющие здоровье и болезнь.
2. Определение общественного здоровья. Основные показатели общественного здоровья: рождаемости, смертности, естественного прироста населения, младенческой смертности, средней продолжительности предстоящей жизни.
3. Критерии оценки индивидуального здоровья. Субъективные и объективные показатели. Группы здоровья.
4. Здоровый образ жизни и его составляющие. Закаливание. Организация системы закаливания с использованием научно-обоснованных методов. Неспецифические, специальные и нетрадиционные способы закаливания.
5. Основы рационального питания. Значение и потребности макро- и микронутриентов в питании детей и подростков. Организация питания в образовательных учреждениях.
6. Понятие стресса, стрессовых факторов. Общий адаптационный синдром. Виды стресса. Стадии развития.
7. Наркомании. Основные синдромы. Виды наркоманий. Признаки употребления наркотиков. Принципы лечения. Роль учителя в их профилактике.

Критерии оценки письменного доклада

5 баллов выставляется студенту, если студент выразил своё мнение по сформулированной проблеме, аргументировал его, точно определив ее содержание и составляющие. Приведены данные отечественной и зарубежной литературы, статистические сведения, информация нормативно

правового характера. Студент знает и владеет навыком самостоятельной исследовательской работы по теме исследования; методами и приемами анализа теоретических и/или практических аспектов изучаемой области. Фактических ошибок, связанных с пониманием проблемы, нет; графически работа оформлена правильно

4 - балла - работа характеризуется смысловой цельностью, связностью и последовательностью изложения; допущено не более 1 ошибки при объяснении смысла или содержания проблемы. Для аргументации приводятся данные отечественных и зарубежных авторов. Продемонстрированы исследовательские умения и навыки. Фактических ошибок, связанных с пониманием проблемы, нет. Допущены одна-две ошибки в оформлении работы

3 балла - студент проводит достаточно самостоятельный анализ основных этапов и смысловых составляющих проблемы; понимает базовые основы и теоретическое обоснование выбранной темы. Привлечены основные источники по рассматриваемой теме. Допущено не более 2 ошибок в смысле или содержании проблемы, оформлении работы

2 балла - если работа представляет собой пересказанный или полностью переписанный исходный текст без каких бы то ни было комментариев, анализа. Не раскрыта структура и теоретическая составляющая темы. Допущено три или более трех ошибок в смысловом содержании раскрываемой проблемы, в оформлении работы.

0 баллов – если бакалавр не предоставил работу

Методические рекомендации для подготовки презентации доклада

Общие требования к презентации:

- презентация не должна быть меньше 10 слайдов;
- первый лист – это титульный лист, на котором обязательно должны быть представлены: название проекта; фамилия, имя, отчество автора;
- следующим слайдом должно быть содержание, где представлены основные этапы (моменты) презентации;

- дизайн-эргономические требования: сочетаемость цветов, ограниченное количество объектов на слайде, цвет текста;
- последним слайдом презентации должен быть список литературы.

Тематика презентации доклада

1. Понятие здоровья. Уровни. Понятие болезни. Факторы, определяющие здоровье и болезнь.
2. Определение общественного здоровья. Основные показатели общественного здоровья: рождаемости, смертности, естественного прироста населения, младенческой смертности, средней продолжительности предстоящей жизни.
3. Критерии оценки индивидуального здоровья. Субъективные и объективные показатели. Группы здоровья.
4. Здоровый образ жизни и его составляющие. Закаливание. Организация системы закаливания с использованием научно-обоснованных методов. Неспецифические, специальные и нетрадиционные способы закаливания.
5. Основы рационального питания. Значение и потребности макро- и микронутриентов в питании детей и подростков. Организация питания в образовательных учреждениях.
6. Понятие стресса, стрессовых факторов. Общий адаптационный синдром. Виды стресса. Стадии развития.
7. Наркомании. Основные синдромы. Виды наркоманий. Признаки употребления наркотиков. Принципы лечения. Роль учителя в их профилактике.

Критерии оценки презентации доклада:

Оценка	**50-60 баллов (неудовлетворительно)**	**61-75 баллов (удовлетворительно)**	**76-85 баллов (хорошо)**	**86-100 баллов (отлично)**
Критерии	**Содержание критериев**			

Раскрытие проблемы	Проблема не раскрыта. Отсутствуют выводы	Проблема раскрыта не полностью. Выводы не сделаны и/или выводы не обоснованы	Проблема раскрыта. Проведен анализ проблемы без привлечения дополнительной литературы. Не все выводы сделаны и/или обоснованы	Проблема раскрыта полностью. Проведен анализ проблемы с привлечением дополнительной литературы. Выводы обоснованы
Представление	Представляемая информация логически не связана. Не использованы профессиональные термины	Представляемая информация не систематизирована и/или не последовательна. Использовано1-2 профессиональных термина	Представляемая информация не систематизирована и последовательна. Использовано более 2 профессиональных терминов	Представляемая информация систематизирована, последовательна и логически связана. Использовано более 5 профессиональных терминов
Оформление	Не использованы Технологии Power Point. Больше 4 ошибок в представляемой информации	Использованы технологии Power Point частично.3-4 ошибки в представляемой информации	Использованы технологии Power Point. Не более 2 ошибок в представляемой информации	Широко использованы технологии (Power Point и др.). Отсутствуют ошибки в представляемой информации

Ответы на вопросы	Нет ответов на вопросы	Только ответы на элементарные вопросы	Ответы на вопросы полные и/или частично полные	Ответы на вопросы полные, с привидением примеров и/или пояснений

Приложение 2

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
«Дальневосточный федеральный университет»
(ДВФУ)

ШКОЛА ПЕДГАГОГИКИ

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

по дисциплине «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»
Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование,
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
для всех профилей
Форма подготовки очная/заочная

Уссурийск
2015

Паспорт ФОС по дисциплине «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»

Код и формулировка компетенции	Этапы формирования компетенции	
ОК-9- способностью использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	Знает	Методы оказания первой медицинской помощи в экстремальных ситуациях
	Умеет	Использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций
	Владеет	Теоретическими и практическими знаниями для решения вопросов, связанных с оказанием ПМП и методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций
ОПК-6- готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся	Знает	Основы безопасности жизнедеятельности и охраны здоровья
	Умеет	Учитывать условия, обеспечивающие охрану жизни и здоровья обучающихся, при организации образовательного процесса
	Владеет	Навыками организации образовательного процесса с использованием здоровье сберегающих технологий

КОНТРОЛЬ ДОСТИЖЕНИЯ ЦЕЛЕЙ КУРСА

№ п/п	Контролируемые разделы дисциплины	Коды и этапы формирования компетенций		Оценочные средства - наименование	
				текущий контроль	промежуточный контроль
1.	Раздел 1. Здоровый образ жизни как биологическая и социальная проблема	ОК-9	знает	Конспект (ПР-7), Собеседование (УО-1)	Вопросы к зачету 1-7
			умеет	Конспект (ПР-7); презентация доклада (ПР-3)	
			владеет	Кейс-задача (ПР-11)	
2.	Раздел 2. Понятие неотложных состояний	ОПК-6	знает	Конспект (ПР-7); Собеседование (УО-1)	Вопросы к зачету 8-28
			умеет	Конспект (ПР-7);	

				презентация доклада (ПР-3)	
			владеет	Кейс-задача (ПР-11)	
3.	Раздел 3. Основы микробиологии, эпидемиологии и иммунологии	ОПК-6	знает	Конспект (ПР-7); Собеседование (УО-1)	Вопросы к зачету 29-52

Шкала оценивания уровня сформированности компетенций

Код и формулировка компетенции	**Этапы формирования компетенции**		**Критерии**	**Показатели**
ОК-9- способностью использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	Знает	Методы оказания первой медицинской помощи в экстремальных ситуациях	*Теоретические знания* о приемах первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	*Способен объяснить суть* основных методов оказания первой медицинской помощи в экстремальных ситуациях
	Умеет	Использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	*Способность* использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	*Способен воспроизвести алгоритм* приемов оказания первой помощи, методов защиты в условиях чрезвычайных ситуаций
	Владеет	Теоретическими и практическими знаниями для решения вопросов, связанных с оказанием ПМП и методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	*Владение критериями выбора и обоснования применения* приемов оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	*Способен самостоятельно выбрать и обосновать применение приемов* оказания первой помощи, методов защиты в условиях чрезвычайных ситуаций
ОПК-6- готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся	Знает	Основы безопасности жизнедеятельности и охраны здоровья	*Целостность представления об* основах безопасности жизнедеятельности и охраны здоровья обучающихся	*Общие /единичные/ представления об* основах безопасности жизнедеятельности и охраны здоровья обучающихся
	Умеет	Учитывать условия, обеспечивающие охрану жизни и здоровья	*Готовность* учитывать условия, обеспечивающие охрану жизни и здоровья	*Способен /не способен* учитывать условия, обеспечивающие охрану жизни и

		обучающихся, при организации образовательного процесса	обучающихся, при организации образовательного процесса	здоровья обучающихся, при организации образовательного процесса
	Владеет	Навыками организации образовательного процесса с использованием здоровье сберегающих технологий	*Готовность самостоятельно организовывать* образовательный процесс с использованием здоровье сберегающих технологий	*Обучающийся способен/способен с помощью/ не способен организовывать* образовательный процесс с использованием здоровье сберегающих технологий

Методические рекомендации, определяющие процедуры оценивания результатов освоения дисциплины

Текущая аттестация студентов

Текущая аттестация студентов по дисциплине «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» проводится в соответствии с локальными нормативными актами ДВФУ и является обязательной. Текущая аттестация по дисциплине «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» проводится в форме контрольных мероприятий (доклады, презентации, кейс-задачи, конспекты, собеседование) по оцениванию фактических результатов обучения студентов и осуществляется ведущим преподавателем. Объектами оценивания выступают:

- учебная дисциплина (активность на занятиях, своевременность выполнения различных видов заданий, посещаемость всех видов занятий по аттестуемой дисциплине) (конспект);
- степень усвоения теоретических знаний (собеседование);
- уровень овладения практическими умениями и навыками по всем видам учебной работы (доклад, презентация, кейс-задача);
- результаты самостоятельной работы (конспект, письменный доклад, презентация доклада).

Промежуточная аттестация студентов

Промежуточная аттестация студентов по дисциплине «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» проводится в соответствии с локальными нормативными актами ДВФУ и является обязательной. По дисциплине предусмотрен вид промежуточной аттестации - зачет, проводится в устной форме с использованием оценочного средства - устный опрос в форме собеседования.

Оценочные средства для промежуточной аттестации

Вопросы к зачету:

1. Понятие здоровья. Уровни. Понятие болезни. Факторы, определяющие здоровье и болезнь.

2. Определение общественного здоровья. Основные показатели общественного здоровья: рождаемости, смертности, естественного прироста населения, младенческой смертности, средней продолжительности предстоящей жизни.

3. Критерии оценки индивидуального здоровья. Субъективные и объективные показатели. Группы здоровья.

4. Здоровый образ жизни и его составляющие. Закаливание. Организация системы закаливания с использованием научно-обоснованных методов. Неспецифические, специальные и нетрадиционные способы закаливания.

4. Основы рационального питания. Значение и потребности макро- и микронутриентов в питании детей и подростков. Организация питания в образовательных учреждениях.

5. Понятие стресса, стрессовых факторов. Общий адаптационный синдром. Виды стресса. Стадии развития.

6.Наркомании. Основные синдромы. Виды наркоманий. Признаки употребления наркотиков. Принципы лечения. Роль учителя в их профилактике.

7.Ишемическая болезнь сердца. Причины, клинические формы (стенокардия, инфаркт миокарда). Первая медицинская помощь при стенокардии и инфаркте миокарда.

8.Гипертоническая болезнь, причины, клиника. Гипертонический криз. Первая доврачебная помощь.

9.Профилактика заболеваний сердечно-сосудистой системы.

10.Ложный круп и бронхиальная астма: причины, клинические проявления первая медицинская помощь.

11.Аллергические реакции: причины. Понятие о реакциях немедленного и замедленного типа. Первая медицинская помощь при неотложных состояниях. Профилактика.

12.Понятие об ожирении: причины, степени тяжести, клинические формы, принципы лечения и меры профилактики.

13.Нефрит: определение, причины, признаки, первая медицинская помощь, осложнения, принципы лечения и профилактика.

14.Цистит: определение, причины, признаки, принципы лечения и профилактика.

15.Почечнокаменная болезнь: причины, признаки, принципы лечения, первая медицинская помощь при приступе почечной колики, профилактика.

16.Острый гастрит: причины, признаки, принципы лечения и профилактика.

17.Гастроэзофагеальная болезнь, этиология, клинические проявления. Осложнения. Принципы лечения.

18.Язвенная болезнь желудка и 12-перстной кишки: причины, признаки, осложнения, первая медицинская помощь при желудочном кровотечении, принципы лечения и профилактика.

19.Сахарный диабет. Причины, факторы риска. Клинические проявления. Первая медицинская помощь при гипо- и гипергликемических состояниях.

20.Методы планирования семьи. Современные и традиционные методы контрацепции. Аборт: определение, виды, осложнения.

21.Болезни, передающиеся половым путем (БППП). Характерные общие симптомы большинства болезней, передающихся половым путем. Меры личной и общественной профилактики.

22.Сифилис: этиология, эпидемиология, клинические проявления. Профилактика.

23.Гонорея: этиология, эпидемиология, клинические проявления. Профилактика.

24.СПИД: возбудители, пути передачи, клиника. Меры личной и общественной профилактики.

25.Пароксизмальные состояния. Определения. Классификация. Краткая характеристика эпилептических и неэпилептических припадков. Первая мед. помощь (обморок, большой судорожный (эпилептический) припадок).

26.Основные нарушения опорно-двигательного аппарата у детей: нарушение осанки, сколиоз, плоскостопие. Причины. Признаки. Профилактика.

27.Неврозы: этиология, клинические формы, принципы лечения. Системные неврозы.

28.Иммунитет, его значение. Виды иммунитета и их общая характеристика. Специфические и неспецифические механизмы иммунитета. Понятие об антигенах и антителах.

29.Инфекционный процесс: понятие, динамика его развития.

30.Эпидемический процесс: понятие, три звена, формы интенсивности развития (спорадия, эпидемия, пандемия).

31.Инфекции дыхательных путей (грипп, ангина): возбудители, пути передачи, клиника, профилактика.

32.Кишечные инфекции (дизентерия, сальмонеллезы): возбудители и пути передачи, клиника, профилактика.

33.Гепатиты: возбудители и пути передачи, клиника, профилактика.

34.Кишечные инвазии (энтеробиоз, дифиллоботриоз): возбудители, эпидемиология, клиника, диагностика. Принципы лечения и профилактика.

35.Социально значимые заболевания – туберкулез: возбудитель, пути передачи, клиника, профилактика.

36.Детские инфекции: корь, скарлатина, ветряная оспа, полиомиелит, коклюш, паротит, дифтерия, краснуха. Эпидемиология. Клинические проявления. Профилактика.

37.Травмы опорно-двигательного аппарата: ушибы мягких тканей, растяжение связок, переломы, вывихи. Признаки. Первая медицинская помощь.

38.Переломы позвоночника. Симптомы. Первая медицинская помощь. Варианты транспортной иммобилизации при повреждении различных отделов позвоночника.

39.Травмы головы. Черепно-мозговая травма: сотрясение, ушиб, сдавление мозга. Признаки. Первая медицинская помощь.

40.Травматический шок, фазы. Основные противошоковые мероприятия.

41.Синдром длительного сдавления (травматический токсикоз). Причины. Клиника. Первая медицинская помощь.

42.Кровотечения. Виды, характеристика, симптомы острой кровопотери. Способы временной остановки.

43.Раны: классификация, признаки, осложнения, первая медицинская помощь.

44.Термические ожоги: степени тяжести, способы определения площади ожога, первая медицинская помощь.

45.Отморожение и замерзание: признаки, степени тяжести, первая медицинская помощь.

46.Тепловой и солнечный удар: признаки, первая медицинская помощь.

47.Терминальные состояния. Реанимационные мероприятия при остановке сердца и дыхания. Особенности проведения реанимационных мероприятий при утоплении, электротравме у детей и взрослых.

48.Первая медицинская помощь при попадании инородных тел в дыхательные пути.

49.Общие принципы ухода за больными.

50.Уход за лихорадящими больными. Понятие об ознобе, лихорадке и критическом падении температуры. Первая медицинская помощь.

51.Личная гигиена и здоровье. Понятие о пролежнях и их профилактика.

Критерии оценки к зачету

Критерии выставления оценки студенту на зачете по дисциплине «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»:

Оценка «зачтено»/ «отлично» - 86-100

выставляется студенту, если он глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, использует в ответе материал монографической литературы, правильно обосновывает принятое решение, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.

Оценка «зачтено»/ «хорошо» - 76-85

выставляется студенту, если он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.

«зачтено»/ «удовлетворительно»- больше или равно 61

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических работ.

Оценка «зачтено»/«неудовлетворительно» - 60 и менее

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, который не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет «неудовлетворительно» практические работы. Как правило, оценка «неудовлетворительно» ставится студентам, которые не могут продолжить обучение без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.

Оценочные средства для текущей аттестации

Комплект тестовых заданий

по дисциплине Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

1. Здоровье – это:

а - отсутствие болезней и удовлетворительная субъективная оценка здоровья

б – положительная субъективная оценка здоровья

в – состояние полного физического, психического и социального благополучия

2. Здоровый образ не предполагает:

а – физически активный образ жизни

б – интеллектуальный образ жизни

в – эмоционально-насыщенный

г – нравственно-порядочный

д – психологически-напряженный

3. Факторы, определяющие здоровье человека:

а – наследственность

б – образ жизни

в – экология

г – здравоохранение

д – все выше перечисленное

4. Наибольшее значение для здоровья имеют:

а – наследственность

б – образ жизни

в – экология

г – здравоохранение

Критерии оценки:

5 баллов выставляется студенту, если он ответил на все вопросы правильно (40 вопросов), либо не менее чем на 33 вопроса даны правильные ответы

4 балла выставляется студенту, если даны правильные ответы на 25-32 вопроса

3 балла выставляется студенту, если даны правильные ответы на 17-24 вопроса

2 балла выставляется студенту, если он ответил правильно на 16 и менее вопросов.

Пример Кейс-задачи

по дисциплине Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

1. Пожилая женщина, страдающая гипертонической болезнью, стала невольной участницей скандала в очереди. В этот день была сильная оттепель, и она с утра ощутила ухудшение самочувствия. 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 220/130мм рт.ст. Какое острое состояние развилось? Первая помощь. Профилактика.

2. Учитель русского языка, заменяя заболевшего коллегу, 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 170/110мм 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.

Критерии оценки:

5 баллов выставляется студенту, если задача решена и оформлена правильно

4 балла выставляется студенту, если задача решена, но есть неточности в оформлении или 1-2 ошибки

3 балла выставляется студенту, если он допустил при решении три ошибки и неточности в оформлении

2 балла выставляется студенту, если при решении допущено большое количество ошибок (более трех), либо задача решена неправильно.