

## **МОДУЛЬ 5. ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО И БЕЗОПАСНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

### **Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

#### аннотация к рабочей программе дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой

**Биологии и методики ее преподавания**

Направление подготовки

**44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), профили  
Физическая культура и Безопасность жизнедеятельности**

Форма обучения

**очная**

Программу составил(и):

к.п.н., Доцент, Коломыцева О.В.

#### Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр ( <b>&lt;Курс&gt;.</b> <b>&lt;Семестр на курсе&gt;</b> )	<b>3 (2.1)</b>		Итого	
Неделя	18			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП
Лекции	18	18	18	18
Лабораторные	18	18	18	18
Итого ауд.	36	36	36	36
Контактная работа	36	36	36	36
Сам. работа	36	36	36	36
Итого	72	72	72	72

<b>1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>	
1.1	Цель освоения:
1.2	формирование у обучающихся систематизированных знаний в области охраны жизни, оказания первой помощи при неотложных состояниях и чрезвычайных ситуациях, а также формирования здорового образа жизни.
1.3	Задачи освоения:
1.4	формирование знаний и практических умений о методах оценки количества и качества здоровья;
1.5	развитие положительной мотивации сохранения и укрепления собственного здоровья обучающихся через овладение принципами здорового образа жизни;
1.6	формирование представления о наиболее распространенных болезнях и возможностях их предупреждения;
1.7	формирование системы знаний о влиянии экологических факторов на здоровье человека;
1.8	формирование у студентов навыков оказания первой помощи.

<b>2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ</b>	
Цикл (раздел) ОП:	Б1.Б.05
<b>2.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>
2.1.1	Безопасность жизнедеятельности
2.1.2	Теоретические основы и понятийный аппарат безопасности жизнедеятельности и гражданской обороны
2.1.3	Физическая культура и спорт
<b>2.2</b>	<b>Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>
2.2.1	Здоровьесберегающие технологии
2.2.2	Пожарная безопасность
2.2.3	Обеспечение безопасности жизнедеятельности образовательной организации
2.2.4	Системы гражданской защиты населения
2.2.5	Охрана труда на производстве и в учебном процессе
2.2.6	Производственная практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности
2.2.7	Производственная летняя педагогическая практика
2.2.8	Спортивная медицина
2.2.9	Противодействие терроризму и экстремизму
2.2.10	Производственная педагогическая практика
2.2.11	Безопасное проведение спортивных и культурно-спортивных мероприятий
2.2.12	Защита выпускной квалификационной работы, включая подготовку к процедуре защиты и процедуру защиты
2.2.13	Курсовая работа по безопасности жизнедеятельности
<b>3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО КАЖДОЙ ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), ОБЕСПЕЧИВАЮЩИЕ ДОСТИЖЕНИЕ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ</b>	
<b>ОК-9: способностью использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций</b>	
<b>Знать:</b>	
	основные понятия и приемы первой доврачебной помощи
<b>Уметь:</b>	
	определять основные понятия, правила безопасного поведения, распознавать опасные и чрезвычайные ситуации
<b>Владеть:</b>	
	приемами оказания первой доврачебной помощи пострадавшим
<b>ОПК-6: готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся</b>	
<b>Знать:</b>	
	основы охраны жизни и здоровья обучающихся в рамках безопасности жизнедеятельности
<b>Уметь:</b>	
	использовать базовые знания для обеспечения охраны жизни и здоровья обучающихся
<b>Владеть:</b>	
	навыками анализа здоровьесберегающих технологий

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен**

<b>3.1 Знать:</b>	
	<p>определение понятий здоровья, болезни, промежуточного состояния, индивидуального и популяционного здоровья; показатели индивидуального и популяционного здоровья, характеристику групп здоровья;</p> <p>определение эпидемии, пандемии, sporадической заболеваемости, инфекционного и эпидемического процесса, возбудителя и источника инфекционного заболевания;</p> <p>определение иммунитета, виды иммунитета, основные иммунопрепараты, противопоказания и показания к применению основных видов иммунопрепаратов;</p> <p>источник заболевания, пути передачи, факторы риска, признаки отдельных заболеваний;</p> <p>понятие дезинфекции, дезинсекции, дератизации. Виды, методы. Понятие карантина;</p> <p>неотложные состояния при заболеваниях сердечно -сосудистой системы, при заболеваниях дыхательной системы, при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, при заболеваниях эндокринной системы.</p> <p>основные принципы восстановления дыхательной и сердечно-сосудистой деятельности;</p> <p>признаки ран, кровотечений, кровопотери;</p> <p>признаки ушибов мягких тканей, растяжений и разрывов связок;</p> <p>признаки переломов костей, особенности переломов у детей;</p> <p>причины, симптомы и опасности травматического шока;</p> <p>признаки и опасности ожогов, отморожений;</p> <p>принципы оздоровления и укрепления здоровья человека с использованием природных факторов;</p> <p>основные формы школьной патологии, их признаки, предпосылки и факторы возникновения патологических состояний у школьников;</p> <p>законодательные основы охраны здоровья детей в РФ.</p>
<b>3.2 Уметь:</b>	
	<p>использовать полученные теоретические и практические навыки для организации образовательного процесса с использованием современных средств здоровьесберегающих технологий;</p> <p>оказать первую медицинскую помощь при обмороке, гипертоническом кризе, при приступе бронхиальной астмы, ложного крупа, при остром пищевом отравлении, при гипогликемической коме;</p> <p>выполнять простейшие приемы реанимации;</p> <p>останавливать кровотечения различными способами;</p> <p>оказать первую помощь при ушибах, растяжениях, переломах и термических повреждениях;</p> <p>формулировать и обосновывать роль различных факторов в возникновении вредных привычек у детей и подростков.</p>
<b>3.3 Владеть:</b>	
	<p>навыками обработки раны и наложения асептической повязки.</p> <p>навыками определения промежуточного состояния и болезни, осуществления первичной и вторичной профилактики</p> <p>навыками оценки эпидемической опасности источника инфекционного заболевания</p> <p>навыками оказания помощи при ранении</p> <p>навыками выполнения простейших приемов реанимации</p> <p>различными способами остановки кровотечения</p> <p>приемами оказания первой помощи при ушибах, растяжениях и разрывах</p> <p>приемами оказания первой помощи при переломах</p> <p>навыками проведения простейших противошоковых мероприятий</p>