

Программа учебной дисциплины

5.2.3 «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»

1. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины является теоретическая и практическая подготовка обучающихся (слушателей) в области основ медицинских знаний и здорового образа жизни.

2. Планируемые результаты освоения дисциплины

№ п/п	Компетенции	Знать	Уметь	Владеть
1.	ПК 1-1	Основы охраны жизни и здоровья обучающихся в рамках безопасности жизнедеятельности. Критерии оценивания здоровья обучающихся. Основы проектирования системы обеспечения охраны жизни и здоровья обучающихся	Использовать базовые знания для обеспечения охраны жизни и здоровья обучающихся Оценивать здоровье обучающихся по заданным критериям Отбирать здоровьесберегающие технологии для обеспечения охраны жизни и здоровья обучающихся	Навыками анализа здоровьесберегающих технологий Навыками оценивания здоровья обучающихся по заданным критериям Навыками разработки Программ здоровьесбережения

3. Содержание дисциплины

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Вид	Содержание
1.	Проблемы здоровья детей	2	Лекция	Основные понятия и определения дисциплины. Здоровье и факторы их определяющие.
		1	Практика	Методика оценки физического состояния.

		4	Сам. раб.	Факторы определяющие здоровье и болезнь.
3.	Основы микробиологии, эпидемиологии и иммунологии	1	Лекция	Основные понятия и определения эпидемиологии и микробиологии. Иммунитет, его виды. Механизм защитной реакции.
		1	Практика	Профилактика инфекционных заболеваний.
		6	Сам. раб.	Основные периоды и профилактика инфекционных заболеваний.
4.	Понятия о неотложных состояниях и первой помощи при них. Реанимация	1	Лекция	Неотложные состояния при заболеваниях сердечно-сосудистой системы и дыхательной системы. Характеристика детского травматизма.
		2	Практика	Оказание первой доврачебной помощи. Раны. Кровотечения. Переломы. Наложение повязок. Травмы. Основы иммобилизации и транспортировки.
	Итого:	18 часов		

4. Формы аттестации и оценочные материалы

Форма аттестации – зачету.

Вопросы к зачету:

1. Проблемы здоровья школьников.
2. Общие принципы оказания первой медицинской помощи. Характеристика неотложных состояний. Понятие «асептика» и «антисептика».
3. Основы десмургии. Виды повязок и перевязочного материала.
4. Закрытые повреждения. Синдром длительного сдавливания. Оказание первой помощи при различных видах закрытых повреждений.
5. Переломы (открытые, закрытые, со смещением). Основы иммобилизации. Правила наложения шин при различных повреждениях.

6. Раны, виды. Осложнения, возникающие после ранения. Правила оказания первой помощи.
7. Основы гемостаза. Правила и техника наложения кровоостанавливающего жгута. Носовое и легочное кровотечение. Правила оказания первой помощи.
8. Понятие о микробиологии, иммунологии и эпидемиологии. Меры профилактики инфекционных заболеваний.
9. Терминальные состояния – клинические симптомы. Реанимация.
10. Характеристика неотложных состояний. Первая помощь при остановке сердца и дыхания.
11. Оказание первой медицинской помощи при неотложных состояниях сердечно-сосудистой системы (при приступе стенокардии, гипертоническом кризе, инфаркте, инсульте).
12. Первая медицинская помощь при возникновении приступа бронхиальной астмы, ложного крупа.
13. Первая медицинская помощь при действии высоких и низких температур, электротравмах.
14. Утопление, виды утопления. Оказание первой медицинской помощи при утоплении.
15. Шок, виды шока. Оказание первой медицинской помощи.
16. Первая медицинская помощь при аллергических реакциях и судорожных состояниях.
17. Первая помощь при различных видах отравлений: пищевом, лекарственными препаратами, ядовитыми растениями, угарным газом.
18. Инородные тела дыхательных путей, уха, глаз, глотки, пищевода. Первая медицинская помощь.
19. Первая медицинская помощь при укусах ядовитыми животными. Укус животных, больных бешенством.
20. Первая помощь при гипер- и гипогликемической коме.
21. Острый живот - симптомы, оказание первой помощи.
22. Характеристика детского травматизма. Меры профилактики травм и первая медицинская помощь при них.
23. З.О.Ж. как биологическая и социальная проблема. Принципы и методы формирования З.О.Ж.
24. Медико-гигиенические аспекты З.О.Ж. Формирование мотивации к З.О.Ж.
25. Здоровосберегающая функция учебно-воспитательного процесса. Роль учителя в формировании здоровья школьников и профилактике заболеваний.
26. Совместная деятельность школы и семьи в формировании здоровья и З.О.Ж. школьников. Воспитание культуры самооздоровления.
27. Вредные привычки и их профилактика.
29. Определение физиологических показателей организма человека.

30. Демографическая ситуация в России. Планирование семьи.

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины:

Основная литература:

1. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник и практикум для вузов / М. Н. Мисюк. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 332 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14054-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/510686>

2. Дополнительная литература:

1. Иммунология: учебное пособие для вузов / В. Т. Долгих, А. Н. Золотов. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 248 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09294-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/516736>

2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебно-методическое пособие / И. Л. Орехова. — Челябинск : Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2017. — 174 с. — ISBN 978-5-906908-76-6. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/83862.html>

Интернет-ресурсы:

1. Официальный интернет-портал Минздрава России о профилактике ВИЧ/СПИД в России - URL: <https://o-spide.ru>
2. Электронно-библиотечная система (ЭБС) IPR BOOKS <http://www.iprbookshop.ru/>
3. Электронно-библиотечная система «Юрайт» <https://biblio-online.ru/>