Министерство просвещения Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Дагестанский государственный педагогический университет им. Р.Гамзатова»

Кафедра анатомии, физиологии и медицины

УТВЕРЖДАЮ
Начальник УМУ
_____
«__2__» _____ 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.О.03 МОДУЛЬ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЙ

Б1.О.03.02 ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ

Направление подготовки -44.03.01 Педагогическое образование
Направленность (профиль) – Дополнительное образование (хореография)
Квалификация выпускника: Бакалавр
Форма обучения – очная, заочная
Год приема – 2026

Форма обучения	Семестр	Трудоемкость	Виды учебной работы					
			Лекции	Практ. занятия	Лабор. занятия	Промежуточный контроль	СРС	Форма аттестации
очная	1	72	12	20			40	зачет
заочная	1	72	2	4		3	63	зачет

Махачкала, 2026

1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Цель дисциплины: формирование личностно-ценностного отношения к собственному здоровью; формирование потребностей, мотиваций, привычек здорового образа жизни; профилактика инфекционных заболеваний, формирование знаний о санитарии и гигиене, формирование знаний, навыков и умения оказания 1-й помощи детям и взрослым при неотложных состояниях.

Задачи: ознакомить студентов с определением понятия «здоровый образ жизни», как биологическая и социальная проблема; с принципами и методами формирования здорового образа жизни, сберегающими и нарушающими здоровье факторами; освоение студентами практических приёмов оказания первой помощи при угрожающих жизни состояниях.

Код компетенции	Содержание компетенции	Индикаторы достижения компетенций
УК-8	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.	УК-8.1. Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности УК-8.2. Знает и может применять методы защиты в чрезвычайных ситуациях и в условиях военных конфликтов, формирует культуру безопасного и ответственного поведения.
ОПК-3	Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов	ОПК-3.1. Проектирует диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов. ОПК-3.2. Использует педагогически обоснованные содержание, формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОСНОВНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина Б1.О.03.02 «Основы медицинских знаний» относится к **обязательной части и модулю Здоровьесберегающий** учебного плана (основной профессиональной образовательной программы) подготовки бакалавров по направлению 44.03.01 Педагогическое образование.

Дисциплина Б1.О.03.02 «Основы медицинских знаний» базируется на компетенциях, знаниях и умениях, сформированных в ходе изучения школьного курса биологии человека, ОБЖ, Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья.

Компетенции, сформированные в процессе изучения дисциплины, необходимы для освоения содержания дисциплин Безопасность жизнедеятельности, выполнения заданий (учебной, производственной практик, научно-исследовательской работы и выпускной квалификационной работы).

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций выпускника: УК-8, ОПК-3.

В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:

Код компетенции	Знает	Умеет	Владеет
УК-8	Общие принципы и методы организации здоровой и безопасной образовательной среды для организации	Оценивать факторы риска для здоровья и безопасности обучающихся в образовательном пространстве и	Навыками выявления факторов риска в образовательном пространстве для обучающихся, их профилактикой и

	учебно-воспитательной и внеурочной деятельности	обеспечивать систему защиты от них	обеспечения личной и коллективной безопасности.
ОПК-3	Формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями для сохранения здоровья, профилактики заболеваний и освоения приемов оказания первой помощи.	Организовывать совместную и индивидуальную учебно- воспитатель-ную деятельность обучающихся. в том числе с особыми образовательными потребностями, с целью сохранения здоровья, профилак-тики заболеваний и овладения навыками оказания первой помощи.	Навыками организации совместной и индивидуальной учебно- воспитатель-ной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, с целью сохранения здоровья, профилак-тики заболеваний и освоения навыков оказания первой помощи

4.ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единиц (72 часа). Дисциплина изучается во 2 семестре.

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

Вид учебной работы	Трудоёмкость		
	час.	В т.ч. по семестрам	
		№1	№2
Общая трудоёмкость дисциплины по учебному плану	**72**	**72**	
1. Контактная работа:			
лекции (общее кол-во часов, /включая практическую подготовку)	12	12	
практические занятия, семинары и пр. (общее кол-во часов, /включая практическую подготовку)	20	20	
лабораторные занятия (общее кол-во часов / включая практическую подготовку)			
курсовое проектирование			
групповые, индивидуальные консультации и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем			
2. Объем самостоятельной работы обучающихся (СРС)	**40**	**40**	
в том числе часов, выделенных на подготовку к экзамену (зачету)			
Вид промежуточного контроля:	зачет		зачёт

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

Вид учебной работы	Трудоёмкость		
	час.	В т.ч. по семестрам	
		№1	№2
Общая трудоёмкость дисциплины по учебному плану	**72**	**72**	
1. Контактная работа:			
лекции (общее кол-во часов, /включая практическую подготовку)	2	2	
практические занятия, семинары и пр. (общее кол-во часов, /включая практическую подготовку)	4	4	
лабораторные занятия (общее кол-во часов / включая практическую подготовку)			
курсовое проектирование			
групповые, индивидуальные консультации и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем			
2. Объем самостоятельной работы обучающихся (СРС)	**63**	**63**	
в том числе часов, выделенных на подготовку к экзамену (зачету)	**3**	**3**	
Вид промежуточного контроля:	Зачет		зачёт

5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

очная форма обучения

/п	Наименование темы (раздела) дисциплины (модуля)	Общая трудоёмкость в акад.часах	Трудоёмкость по видам учебных занятий (в акад.часах)			
			Лек/ пр.подг.	Лаб / пр.подг.	Пр/ пр.подг.	СР
1	**Охрана здоровья детей**					
1.1	Физиологические основы здорового образа жизни	4	2			2
1.2	Проблемы здоровья детей различных возрастных групп и их профилактика	4			1/1	2
2	**Инфекционные заболевания и их профилактика**					
2.1	Основы эпидемиологии и группы инфекционных заболеваний	4	1/1			2
2.2	Детские и дыхательные инфекционные заболевания	8	1/1			2
2.3	Кишечные инфекции и их профилактика	4	2			2
2.4	Кожные инфекционные заболевания и заболевания, передающиеся половым путем	4			2	2
3	**Неотложные состояния, первая помощь**					
3.1	Понятие «Первая помощь». Первая помощь при ранах и кровотечениях	*4*	2		1/1	4
3.2	Десмургия. Правила и техника накладывания повязок	*4*			2	2
3.3	Первая помощь при травмах	*6*			2	4
3.4	Транспортная иммобилизация	*4*			2	2
3.5	Ожоги. Отморожения. Утопление	*4*			2	2
3.6	Острые отравления, первая помощь	4			2	2
3.7	Неотложные состояния при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	6	2			4
3.8	Понятие о пульсе, артериальном давлении, температуре и дыхании. Техника измерения	*6*			2	4
3.9	Комплекс сердечно-легочной реанимации и показания к ее применению	*6*			1/1	4
	Подготовка к зачету					
	Итого:	72	10/2		16/4	40

заочная форма обучения

/п	Наименование темы (раздела) дисциплины (модуля)	Общая трудоёмкость в акад.часах	Трудоёмкость по видам учебных занятий (в акад.часах)			
			Лек/ пр.подг.	Лаб / пр.подг.	Пр/ пр.подг.	СР
1	**Охрана здоровья детей**					
1.1	Здоровый образ жизни как биологическая и социальная проблема	4				4
1.2	Проблемы здоровья детей различных возрастных групп их профилактика	4				4
2	**Инфекционные заболевания и их профилактика**					

2.1	Основы эпидемиологии и группы инфекционных заболеваний	6	1/1			4
2.2	Детские и дыхательные инфекционные заболевания	4				4
2.3	Кишечные инфекции и их профилактика	4				4
2.4	Кожные заболевания и заболевания, передающиеся половым путем	4				4
3	**Неотложные состояния, первая помощь**					
3.1	Понятие «Первая помощь». Первая помощь при ранах и кровотечениях	*6*			1/1	4
3.2	Десмургия. Правила и техника накладывания повязок	*4*				4
3.3	Первая помощь при травмах	*4*				4
3.4	Транспортная иммобилизация	*4*				4
3.5	Ожоги. Отморожения. Утопление	*4*				4
3.6	Острые отравления, первая помощь	4				4
3.7	Неотложные состояния при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	7				7
3.8	Понятие о пульсе, артериальном давлении, температуре и дыхании. Техника измерения	*4*				4
3.9	Комплекс сердечно-легочной реанимации и показания к ее применению	*6*			1/1	4
	Подготовка к зачету	*3*				
	Итого:	72	1/1		2/2	63

5.1. Содержание разделов дисциплины (модуля)

Тема 1. Здоровый образ жизни как биологическая и социальная проблема

Основные понятия, цели и задачи дисциплины. Физиологические основы здорового образа жизни. Медико-гигиенические аспекты здорового образа жизни учащихся. Понятие о духовном и физическом здоровье. Режим труда и отдыха. Профилактика переутомления. Вредные привычки – фактор риска для здоровья. Влияние табакокурения на растущий организм. Подростковая наркомания, токсикомания и алкоголизм.

Тема 2. Проблемы здоровья детей различных возрастных групп

Понятие «здоровый ребенок». Факторы, влияющие на здоровье детей. Критерии состояния и группы здоровья. Индивидуальное и популяционное здоровье. Нарушение осанки - сколиоз, лордоз, кифоз. Нарушение зрения, близорукость. Аллергическая реакция, виды, 1-я помощь. Профилактика нарушений здоровья ребенка. Роль учителя в формировании здоровья учащихся и профилактике заболеваний. Совместная деятельность школы и семьи в формировании здоровья и здорового образа жизни учащихся. Здоровьесберегающие образовательные технологии.

Тема 3. Основы эпидемиологии и группы инфекционных заболеваний

Понятие об инфекционных заболеваниях. Понятие о санитарии и гигиене. Характеристика патогенных микроорганизмов (классификация, свойства, устойчивость к воздействию факторов внешней среды) Инфекционный процесс, периоды. Эпидемический процесс, его основные факторы и закономерности. Понятие о дезинфекции, дезинсекции и дератизации. Классификация инфекционных заболеваний. Иммунитет и восприимчивость организма человека к инфекционным болезням. Факторы, снижающие иммунитет. Национальный календарь прививок.

Тема 4. Детские и дыхательные инфекционные заболевания

Понятие о детских инфекциях. Эпидемиология, симптомы и профилактика кори, ветряной оспы, эпидемического паротита, коклюша. Противоэпидемические мероприятия инфекционных заболеваний в детских коллективах.

Понятие о дыхательных инфекциях. Грипп. Коронавирусная инфекция. Эпидемиология, симптомы и профилактика. Роль вакцинации в профилактике инфекционных заболеваний.

Тема 5. Кишечные инфекции и их профилактика

Понятие о кишечных инфекциях. Эпидемиология, симптомы и профилактика брюшного тифа, дизентерии, холеры, ботулизма, вирусного гепатита А. Профилактика кишечных инфекций. Понятие о гельминтозах. Профилактика гельминтозов. Противоэпидемические мероприятия и профилактика кишечных инфекций в детских коллективах.

Тема 6. Кожные заболевания и заболевания, передающиеся половым путем (ЗППП)

Эпидемиология и симптомы кожных инфекционных заболеваний. Профилактика грибковых заболеваний кожи, чесотки, педикулеза.

Профилактика инфекционных болезней, передающихся половым путем (ЗППП). Эпидемиология, симптомы и профилактика гонореи, сифилиса.

ВИЧ инфекция, пути заражения, профилактика. Гигиенические аспекты полового воспитания молодежи и подростков.

Тема 7. Первая помощь при ранах и кровотечениях

Понятие «Первая помощь» и ее составляющие. Перечень неотложных состояний, при которых педагог должен уметь оказать 1-ю помощь. Принципы оказания первой помощи.

Виды ран и их клинические признаки. Первая помощь при ранениях различных частей тела. Осложнения ран.

Кровотечения, виды. Первая помощь при наружных и внутренних кровотечениях. Виды и признаки различных кровотечений. Признаки острой кровопотери. Временные и окончательные способы остановки кровотечений. Овладение техникой остановки кровотечения методом пальцевого прижатия артерии, максимального сгибания конечности, наложения давящей повязки, местного применения холода, а также накладывания кровоостанавливающего жгута. Первая помощь при носовом кровотечении.

Тема 8. Десмургия

Понятие о повязках, виды. Правила накладывания повязок. Техника накладывания повязок на различные части тела.

Тема 9. Первая помощь при травмах

Понятие о детском травматизме, классификация. Профилактика детского травматизма.

Классификация травм, их структура, особенности лечения травм и травматического шока у детей. Признаки закрытых повреждений. Первая помощь при ушибах, вывихах, растяжениях и разрывах связок и мышц. Понятие о синдроме длительного сдавливания.

Первая помощь при переломах. Признаки открытых и закрытых переломов. Первая помощь при переломах верхних и нижних конечностей. Особенности переломов костей у детей.

Первая помощь при попадании инородных тел в дыхательные пути, глаза, нос и уши.
Организация первой помощи в школьных учреждениях.

Тема 10. Транспортная иммобилизация

Понятие о транспортной иммобилизации, виды, методы. Способы и правила наложения стандартных и импровизированных транспортных шин при переломах конечностей. Отработка техники накладывания транспортных шин на конечности студентами друг на друге и на муляже.

Первая помощь и особенности транспортировка при повреждениях позвоночника, головы, груди, живота и костей таза. Оптимальное положение тела пострадавшего при различных повреждениях и нарушениях здоровья.

Тема 11. Первая помощь при ожогах и отморожениях

Понятие об ожогах (термических, химических, лучевых). Степени тяжести термических ожогов, первая помощь. Ожоговая болезнь, профилактика. Симптомы химических ожогов, первая помощь.

Понятие об отморожениях и общем замерзании. Стадии и степени отморожений. Первая помощь при отморожениях и общем замерзании.

Понятие об электротравме. Симптомы и оказание первой помощи при электротравме и поражении молнией.

Тема 12. Острые отравления, первая помощь

Понятие об отравлениях. Пути проникновения ядов в организм. Принципы неотложной помощи при острых отравлениях. Первая помощь при попадании яда на кожу, в пищеварительный тракт, дыхательную систему. Первая помощь при укусах ядовитыми змеями и насекомыми, отравлении угарным газом.

Первая помощь при передозировке наркотических препаратов. Достоверные признаки, свидетельствующие о применении подростками наркотических и токсикологических средств.

Тема 13. Неотложные состояния при заболеваниях сердечно-сосудистой системы

Основные признаки неотложных состояний и заболеваний сердечно-сосудистой системы. Первая помощь при острой сердечно-сосудистой недостаточности (обморок, тепловой и солнечный удар). Понятие о стенокардии, инфаркте миокарда, гипертонической болезни. Причины, факторы риска, симптомы. Понятие об инсульте. Признаки инсульта. Первая помощь при повышении артериального давления, сердечном приступе. Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний.

Тема 14. Понятие о пульсе, артериальном давлении, температуре и дыхании. Техника измерения

Понятие о пульсе, характеристика пульса, техника измерения. Понятие об артериальном давлении, гипертонии, гипотонии. Освоение техники измерения артериального давления.

Понятие о температуре, техника измерения. Уход за лихорадящим больным. Понятие о дыхании, одышке и удушье. Техника измерения частоты дыхательных движений. Уход за больным с одышкой, первая помощь при удушье.

Тема 15. Комплекс сердечно-легочной реанимации и показания к ее применению

Характеристика терминальных состояний. Понятие об агонии, клинической смерти, биологической смерти. Комплекс мероприятий, предупреждающих биологическую смерть. Понятие о сердечно-легочной реанимации (СЛР). Подготовка пострадавшего к реанимации, этапы реанимации. Непрямой массаж сердца. Искусственное дыхание, способы.. Отработка техники проведения сердечно-легочной реанимации на фантом-тренажере «Максим».

Критерии эффективности реанимации. Показания и противопоказания к проведению сердечно-легочной реанимации.

Особенности техники СЛР грудным детям и подросткам.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Вид самостоятельной работы обучающихся
11	**Охрана здоровья детей**	Самостоятельный разбор материала, подготовка к практическим занятиям. Написание реферата, выполнение тестовых заданий, решение ситуационных задач. Подготовка и представление презентации
22	**Инфекционные заболевания и их профилактика**	Самостоятельный разбор материала, подготовка к практическим занятиям. Написание реферата, выполнение тестовых заданий, решение ситуационных задач. Подготовка и представление презентации
33	**Неотложные состояния, первая помощь**	Самостоятельный разбор материала, подготовка к практическим занятиям. Написание реферата, выполнение тестовых заданий, решение ситуационных задач. Подготовка и представление презентации

7. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

7.1. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости

Указывается перечень компетенций в процессе освоения образовательной программы.

№ п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины (модуля)	Средства текущего контроля успеваемости	Перечень компетенций
11	**Охрана здоровья детей**		
11.1	Здоровый образ жизни как биологическая и социальная проблема	Устный опрос, выполнение тестовых заданий, подготовка доклада	УК-8, ОПК-3
11.2	Проблемы здоровья детей различных возрастных групп их профилактика	Устный опрос, выполнение тестовых заданий, решение ситуационных задач.	УК-8, ОПК-3
22	**Инфекционные заболевания и их профилактика**		
22.1	Основы эпидемиологии и группы инфекционных заболеваний	Устный опрос, выполнение тестовых заданий.	УК-8, ОПК-3
22.2	Детские и дыхательные инфекционные заболевания	Устный опрос, выполнение тестовых заданий, решение ситуационных задач.	УК-8, ОПК-3
22.3	Кишечные инфекции и их профилактика	Устный опрос, выполнение тестовых заданий, решение ситуационных задач.	УК-8, ОПК-3
22.4	Кожные заболевания и заболевания передающиеся половым путем	Устный опрос, выполнение тестовых заданий, решение ситуационных задач.	УК-8, ОПК-3
33	**Неотложные состояния, первая помощь**		
33.1	Понятие «Первая помощь». Первая помощь при ранах и кровотечениях	Устный опрос, выполнение тестовых заданий, решение ситуационных задач. Владение алгоритмом и приемами оказания первой помощи пострадавшему	УК-8, ОПК-3
33.2	Десмургия	Устный опрос, владение техникой накладывания повязок на различные части тела	УК-8, ОПК-3
33.3	Первая помощь при травмах	Устный опрос, выполнение тестовых заданий, решение ситуационных задач. Владение алгоритмом и приемами оказания первой помощи пострадавшему при травмах различных областей тела, при попадании инородных предметов в дыхательные пути.	УК-8, ОПК-3
33.4	Транспортная иммобилизация	Устный опрос, владение техникой накладывания транспортных шин на конечности. Решение ситуационных задач	УК-8, ОПК-3
33.5	Ожоги. Отморожения. Утопление	Устный опрос, выполнение тестовых заданий, решение ситуационных задач. Владение алгоритмом и приемами оказания первой помощи пострадавшему	УК-8, ОПК-3
33.6	Острые отравления, первая помощь	Устный опрос, выполнение тестовых заданий, решение ситуа-	УК-8, ОПК-3

		ционных задач. Владение алгоритмом и приемами оказания первой помощи пострадавшему	
3.7	Неотложные состояния при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	Устный опрос, выполнение тестовых заданий, решение ситуационных задач. Владение алгоритмом и приемами оказания первой помощи.	УК-8, ОПК-3
3.8	Понятие о пульсе, артериальном давлении, температуре и дыхании. Техника измерения	Устный опрос, выполнение тестовых заданий. Владение техникой измерения пульса, артериального давления, температуры и дыхания	УК-8, ОПК-3
3.9	Комплекс сердечно-легочной реанимации и показания к ее применению	Устный опрос, выполнение тестовых заданий, решение ситуационных задач. Владение алгоритмом и приемами оказания сердечно-легочной реанимации	УК-8, ОПК-3

7.2. Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации

1. Семестр – 2; форма аттестации – зачет.

2. Перечень вопросов к промежуточной аттестации

1. Здоровый образ жизни и его составляющие.
2. Критерии оценки здоровья детей, группы здоровья детей.
3. Роль учителя в профилактике заболеваний у детей.
4. Основные понятия эпидемиологии.
5. Группы инфекционных заболеваний.
6. Что такое санитария и гигиена.
7. Эпидемиологический процесс, его основные признаки и закономерности развития.
8. Детские и дыхательные инфекции. Причины, признаки.
9. Профилактика инфекционных заболеваний в детских коллективах.
10. Причины, признаки и профилактика кишечных инфекций
11. Причины, признаки и профилактика кожных инфекционных заболеваний.
12. Причины, признаки и профилактика заболеваний, передающихся половым путем.
13. Понятие «Первая помощь». Перечень состояний, при которых должна оказываться первая помощь.
14. Детский травматизм. Меры профилактики детского травматизма.
15. Признаки ран. Первая помощь при ранениях.
16. Характеристика кровотечений, методы остановки кровотечений. Первая помощь при наружных кровотечениях.
17. Характеристика закрытых повреждений (ушибы, вывихи, переломы, синдром длительного сдавления). Классификация, первая помощь.
18. Травматический шок. Понятие, признаки, первая помощь.
19. Десмургия. Виды повязок, правила наложения повязок.
20. Транспортная иммобилизация, виды и правила транспортировки пострадавших.
21. Ожоги, виды, симптомы. Оказание первой помощи при различных ожогах.
22. Отморожения, симптомы. Первая помощь при отморожениях и переохлаждении организма.
23. Первая помощь при электротравме, утоплении.
24. Отравления. Первая помощь при попадании в пищеварительный тракт, дыхательную систему, в кровь.
25. Обморок, тепловой и солнечный удар. Причины, симптомы, первая помощь.
26. Первая помощь при судорожном и истерическом приступе.
27. Понятие об инфаркте миокарда и стенокардии. Первая помощь при острой сердечной боли.
28. Понятие о гипертонической болезни, инсульте. Первая помощь. Профилактика заболеваний сердечно-сосудистой системы.
29. Техника измерения пульса, артериального давления, температуры и дыхания.
30. Показания к проведению сердечно-легочной реанимации, техника проведения. Особенности техники СЛР у детей.

Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для проверки достижения запланированных результатов обучения в процессе освоения дисциплины (модуля)

ПРИМЕРЫ ТЕСТОВЫХ ЗАДАНИЙ ДЛЯ ОЦЕНКИ КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1. Определите виды раны:
а) Рана наносится острыми колющими предметами; характерна, небольшая площадь раны при глубоком проникновении;
б) Выходное отверстие всегда превышает входное; края рваные, иногда с фрагментами костной ткани и внутренних органов.
в) Ранение наносится острыми режущими предметами; края раны ровные, отмечается глубокое поражение сосудов и нервов; подобные раны сопровождаются сильными кровотечениями.
г) Ранение происходит при сильных ударах о камни, арматуру и др. предметы без режущих поверхностей; характерны рваные края и большая степень загрязнения; отмечаются участки размозжения и ушиба тканей, сопровождается сильным кровотечением.

2. Обработка раны включает:
а) Промыть рану водой
б) Протереть тампоном, смоченным антисептическим раствором, участки кожи возле раны, не касаясь ее краев.
в) Обработать края раны йодом.
г) Накрыть рану стерильной салфеткой так, чтобы она полностью закрыла края раны.
д) Прибинтовать салфетку или приклеить ее лейкопластырем.

3. Признаки рваной раны.
а) Ранение происходит при сильных ударах о камни, арматуру и другие предметы без режущих поверхностей.
б) Рваные края и большая степень загрязнения.
в) Участки размозжения и ушиба тканей.
г) Раны не сопровождаются сильным кровотечением
д) Раны сопровождаются сильным кровотечением.

4. Первая помощь при проникающих ранениях.
а) В первые секунды необходимо плотно прижать ладонь к ране и закрыть доступ воздуха.
б) Наложить лейкопластырь, целлофановый пакет или прорезиненную упаковку индивидуального пакета и плотно прибинтовать.
в) Извлечь из раны осколки или холодное оружие на месте происшествия.

5. Факторы, определяющие здоровье человека:
Варианты ответов:
а) наследственность
б) образ жизни
в) экология
г) здравоохранение
д) все выше перечисленное

6. Профилактика каких нарушений проводится в детском возрасте:
Варианты ответов:
а) осанки
б) плоскостопия
в) близорукости
г) все перечисленное

7. К факторам здоровья не относятся:
Варианты ответов:
а) физическая активность
б) нарушение экологии
в) закаливание
г) гиподинамия

8. Число сердечных сокращений в минуту у взрослого человека:
Варианты ответов:

а) 80-90 уд. в мин.
б) 60-80 уд. в мин.
в) 40-50 уд. в мин.

9. Профилактика нарушений осанки:
Варианты ответов:
а) гиподинамия
б) формирование мышечного корсета
в) мягкая постель

10. Особенностями артериального кровотечения являются следующие признаки:
Варианты ответов:
а) ярко-алый цвет
б) темно-красный цвет
в) кровь течет вяло текущей непрерывной струей
г) кровь идет пульсирующей струей

11. В медицине здоровье рассматривается как…
Варианты ответов:
а) состояние физического, психического и социального благополучия индивида
б) отсутствие хронических, наследственных заболеваний
в) нормальное функционирование всех систем организма
г) адаптация организма человека к воздействию окружающей среды

12. Факторами здоровья в образе жизни человека являются…
Варианты ответов:
а) закаливание
б) рациональное питание
в) гиподинамия
г) курение

13. Понятие «здоровый образ жизни» относится к…
Варианты ответов:
а) ежедневному поведению человека, позволяющему выполнять ему профессиональные навыки
б) обычному хорошему поведению человека
в) поведению человека, позволяющему выжить ему в экстремальных условиях
г) устойчивому стереотипу поведения, способствующему сохранению и укреплению здоровья индивидуума

14. Социально значимыми вредными привычками не являются…
Варианты ответов:
а) курение
б) отсутствие режима дня
в) употребление наркотиков
г) злоупотребление алкоголем

15. Состояние полного физического, психического и социального благополучия детородной функции индивидуума называется здоровьем:
Варианты ответов:
а) семейным
б) репродуктивным
в) индивидуальным
г) популяционным

16. К инфекционным заболеваниям не относятся:
Варианты ответов:
а) холера
б) брюшной тиф
в) стенокардия

г) дизентерия

17. Взаимодействие возбудителя заболевания с восприимчивым организмом называется
Варианты ответов:
а) инфекционным процессом
б) началом заболевания
в) эпидемическим процессом
г) защитной реакцией организма
д) очаговой инфекцией

18. Иммунитетом называется способность организма…
Варианты ответов:
а) распознать генетически чужеродное и уничтожить
б) предупреждать попадание микробов в организм
в) предупреждать переход острой формы заболевания в хроническую
г) выводить токсины из организма

19. Мероприятия по уничтожению микробов-возбудителей инфекционного заболевания называются…
Варианты ответов:
а) дезинфекция
б) дератизация
в) дезинсекция
г) диспансеризация
д) иммунизация

20. Совокупность экономических, правовых, медицинских мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья, называют охраной здоровья
Варианты ответов:
а) населения
б) работающих
в) пенсионеров
г) детей

Примеры ситуационных задач для текущего контроля

№ 1. Ребенок упал с дерева, ударившись грудью о твердый предмет. Стонет от болей, дыхание поверхностное, частое. Боли резко усиливаются при кашле, изменении положения тела. Ощупывание грудной клетки резко болезненно, под кожей определяется хруст — звук, напоминающий хруст.

Что повреждено? Опасно ли повреждение? Как помочь пострадавшему?

№ 2. Неизвестный нанес подростку удар ножом в живот. При осмотре имеется рана на передней брюшной стенке длиной 5 см, умеренно кровоточащая. В рану выпала петля кишки.

Какова последовательность оказания первой помощи? Чем закрыть рану при отсутствии стерильных бинтов? Как транспортировать раненого в больницу?

№ 3. При падении на вытянутую руку возникла резкая боль в плечевом суставе, выраженная его деформация. Движения в суставе стали невозможны, а конечность зафиксировалась в неестественном положении, заметно ее укорочение.

Какой вид травмы у пострадавшего? Какова первая помощь? Необходима ли врачебная помощь?

№ 4. При автомобильной аварии пострадали 2 человека. У одного одежда и лицо залиты кровью, на лбу имеется резаная рана размером 3 см, из которой вытекает кровь. Пострадавший в сознании, беспокоен, пульс и дыхание нормальные. У второго пострадавшего видимых повреждений нет, он жалуется на головную боль, тошноту; обстоятельств, предшествующих аварии не помнит.

Серьезны ли повреждения? Какому больному, прежде всего, должна быть оказана помощь и кого из них в первую очередь, надо направить в лечебное учреждение?

3. Перечень компетенций и индикаторов их достижения, описание критериев оценивания компетенций представляются в таблице

Код компетенции, индикаторы достижения компетенции (ИДК)	Уровни освоения компетенций			
	Продвинутый	Базовый	Пороговый	Не освоены компетенции
	«зачтено»			«не зачтено»
УК-8 УК-8.1. Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности	Знает теоретические основы сохранения и укрепления здоровья обучающихся в условиях образовательной, трудовой, рекреативной и повседневной деятельности основные составляющие здорового образа жизни и принципы его формирования Умеет формировать потребность, мотивацию, привычку здорового образа жизни, грамотно применять практические навыки ЗОЖ и навыки обеспечения безопасности жизнедеятельности. Владеет приемами сохранения и укрепления здоровья обучающихся в условиях образовательной, трудовой, рекреативной и повседневной деятельности.			Не знает теоретические основы сохранения и укрепления здоровья обучающихся в условиях образовательной, трудовой, рекреативной и повседневной деятельности основные составляющие здорового образа жизни и принципы его формирования Не умеет формировать потребность, мотивацию, привычку здорового образа жизни, грамотно применять практические навыки ЗОЖ и навыки обеспечения безопасности жизнедеятельности. Не владеет приемами сохранения и укрепления здоровья обучающихся в условиях образовательной, трудовой, рекреативной и повседневной деятельности.
УК-8.2. Знает и может применять методы защиты в чрезвычайных ситуациях и в условиях военных конфликтов, формирует культуру безопасного и ответственного поведения.	Знает теоретические основы применения здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе, принципы оказания первой помощи при неотложных состояниях; основные приемы сердечно-легочной реанимации. Умеет использовать приобретенные знания для применения здоровьесберегающих технологий профилактики инфекционных заболеваний в образовательных учреждениях. Владеет навыками оказания первой помощи при острой сердечно-сосудистой недостаточности, судорогах, наружных кровотечениях, травмах, ожогах, отравлениях и других несчастных случаях; техникой проведения сердечно-легочной реанимации.			Не знает теоретические основы применения здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе, принципы оказания первой помощи при неотложных состояниях; основные приемы сердечно-легочной реанимации. Не умеет использовать приобретенные знания для применения здоровьесберегающих технологий профилактики инфекционных заболеваний в образовательных учреждениях. Не владеет навыками оказания первой помощи при острой сердечно-сосудистой недостаточности, судорогах, наружных кровотечениях, травмах, ожогах, отравлениях и других несчастных случаях; техникой проведения сердечно-легочной реанимации.
ОПК-3	Знает формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями для сохранения здоровья, профилактики заболеваний и освоения приемов оказания первой помощи. Умеет организовать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми об-			Не знает формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями для сохранения здоровья, профилактики заболеваний и освоения приемов оказания первой помощи. Не умеет организовать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в

ОПК-3.1. Проектирует диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.	разовательными потребностями с целью сохранения здоровья, профилактики заболеваний и освоения приемов оказания первой помощи Владеет навыками организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями для сохранения здоровья, профилактики заболеваний и освоения навыков оказания первой помощи	том числе с особыми образовательными потребностями с целью сохранения здоровья, профилактики заболеваний и освоения приемов оказания первой помощи Не владеет навыками организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями для сохранения здоровья, профилактики заболеваний и освоения навыков оказания первой помощи.
ОПК-3.2. Использует педагогически обоснованные содержание, формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся.	Знает важнейшие факторы обеспечения здоровья взрослого и детского населения; теоретические основы медицинских знаний и ЗОЖ, сущностную характеристику здоровья и факторы риска заболеваний; систему охраны и организации медико-социальной помощи; принципы формирования групп здоровья детей. Умеет использовать приобретенные знания, умения и навыки при организации учебно-воспитательных занятий и мероприятий Владеет системным подходом в решении проблемы охраны здоровья детей; организации учебно-воспитательных занятий и мероприятий, формирующих потребность, мотивацию, привычку здорового образа жизни	Не знает важнейшие факторы обеспечения здоровья взрослого и детского населения; теоретические основы медицинских знаний и ЗОЖ, сущностную характеристику здоровья и факторы риска заболеваний; систему охраны и организации медико-социальной помощи; принципы формирования групп здоровья детей. Не умеет использовать приобретенные знания, умения и навыки при организации учебно-воспитательных занятий и мероприятий Не владеет системным подходом в решении проблемы охраны здоровья детей; организации учебно-воспитательных занятий и мероприятий, формирующих потребность, мотивацию, привычку здорового образа жизни

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

8.1. Перечень основной учебной литературы
Основная литература

1. Айзман Р.И. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебное пособие / Айзман Р.И., Рубанович В.Б., Суботялов М.А.. — Новосибирск : Сибирское университетское издательство, 2017. — 214 с.
2. Даудова Р. Д. Уч. пособие Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.- Махачкала, 2014 – 120 с.
3. Даудова Р. Д. Уч. пособие. Практическое руководство по оказанию первой медицинской помощи. Махачкала, 2011 – 40 с.

4. Барышева, Е. С. Культура здоровья и профилактика заболеваний : учебное пособие для выполнения практических занятий по дисциплине «Культура здоровья и профилактика заболеваний» / Е. С. Барышева, С. В. Нотова. — Оренбург : Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2016. — 215 с.
5. Оказание первой доврачебной помощи в образовательных организациях : учебно-методическое пособие / Ю.В. Азизова [и др.].. — Астрахань : Астраханский государственный университет, Издательский дом «Астраханский университет», 2020. — 70 с.
6. Лытаев, Сергей Александрович Основы медицинских знаний учеб. пособие для студ. учреждений высш. проф. образования-Академия, 2011.
7. Пискунов В.А. Здоровый образ жизни : учебное пособие / Пискунов В.А., Максиняева М.Р., Тупицына Л.П.. — Москва : Прометей, 2012. — 86 с.

Дополнительная литература

1. Зинченко Т.В. Основы первой помощи пострадавшим при дорожно-транспортном происшествии : учебное пособие / Зинченко Т.В., Домаев Е.В., Москвин Н.В.. — Железногорск : Сибирская пожарно-спасательная академия ГПС МЧС России, 2017. — 35 с.
2. Зинченко Т.В. Первая помощь пострадавшим при терактах, совершенных в местах массового скопления людей : учебное пособие / Зинченко Т.В.. — Железногорск : Сибирская пожарно-спасательная академия ГПС МЧС России, 2017. — 32 с.
3. Зименкова, Ф. Н. Питание и здоровье : учебное пособие для студентов по спецкурсу «Питание и здоровье» / Ф. Н. Зименкова. — Москва : Прометей, 2016. — 168 с.
4. Тен, Елена Евгеньевна. Основы медицинских знаний учеб. для сред. проф. образования: доп. МО РФ,М., 2007.
5. Назарова, Елена Николаевна. Здоровый образ жизни и его составляющие. Учеб. пособие для вузов. Рек. УМО, Академия, 2007.

8.3. Перечень Интернет-ресурсов, необходимых для освоения дисциплины (модуля)

Научная электронная библиотека - elibrary.ru
Открытая электронная библиотека. – URL: http://orel.rsl.ru
Электронно-библиотечная система – ЭБС - iprbookshop.ru
Фундаментальная библиотека ДГПУ - http://lib.dspu.ru
http: // www. pediatr-russia.ru › node «Вопросы современной педиатрии» http: // www. medj.ru › pediatr medj.ru › pediatr . Педиатрия.

8.4. Перечень информационных технологий и программного обеспечения

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине необходимо использование следующего лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства:

Операционные системы Windows 7, 10.
MS Office 2007/2010
Архиваторы: WinRar, Winzip
Антивирусные средства: Kaspersky
Программы для работы с изображением: AcrobatReader
Программы для работы с Internet и электронной почтой:
Opera, Microsoft Internet Explorer, Google chrome, Mazilla FireFox

9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине необходима следующая материально-техническая база:

1. Лекционные занятия:
   - мультимедийный проектор,
   - экран,
   - плакаты;
   - таблицы;
   - муляжи.

2. Практические занятия:

- фантом-тренажер Максим- 3 для демонстрации комплекса сердечно- легочной реанимации;
- телевизор и DVD-проигрыватель для просмотра учебных видеофильмов «Азбука выживания», «Телохранитель» и др.;
- плакаты;
- таблицы;
- муляжи;
- медицинские аптечки;
- тонометры;
- транспортные шины;
- кровоостанавливающие жгуты;
- перевязочный материал.

10. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Приступая к изучению дисциплины, обучающимся целесообразно ознакомиться с ее рабочей программой, учебной, научной и методической литературой, имеющейся в библиотеке университета, а также с предлагаемым перечнем заданий.

Рекомендации по подготовке к аудиторным занятиям

Лекционные занятия

Умение сосредоточенно слушать лекции, активно воспринимать излагаемые сведения – это важнейшее условие освоения данной дисциплины. Каждая из лекций сопровождается компьютерной презентацией. Кроме того, в конце каждой лекции с целью создания условий для осмысления содержания лекционного материала, обучающимся предлагается ответить на вопрос для размышления. Краткие записи лекций, их конспектирование помогает усвоить материал. Поэтому в ходе лекционных занятий необходимо вести конспектирование учебного материала, обращая внимание на самое важное и существенное в нем. Имеет смысл оставить в рабочих конспектах поля, на которых делать пометки, замечания, дополнения. Целесообразно разработать собственную "маркографию" (значки, символы), сокращения слов.

Практические занятия

При подготовке к практическому занятию студенту необходимо опираться на лекционный материал, использовать дополнительную литературу. Использовать для освоения практических навыков медицинские аптечки, перевязочный материал, кровоостанавливающие жгуты, транспортные шины, тонометры, муляжи, таблицы, плакаты. Просмотр учебных видеофильмов. Отрабатывать практические навыки друг на друге.

Аудиторная самостоятельная работа по дисциплине выполняется на учебных занятиях под непосредственным руководством преподавателя и по его заданиям.

Организация внеаудиторной деятельности обучающихся

Внеаудиторная самостоятельная работа выполняется студентом по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия. Внеаудиторная самостоятельная работа является обязательной для каждого студента, а ее объем определяется учебным планом. Внеаудиторная самостоятельная работа по дисциплине включает такие формы работы, как: изучение программного материала дисциплины (работа с учебником и конспектом лекции); изучение рекомендуемых литературных источников; конспектирование источников; работа со словарями и справочниками; работа с электронными информационными ресурсами и ресурсами Internet; подготовка презентаций; ответы на контрольные вопросы; реферирование; написание докладов; подготовка к зачету.

Критериями оценки результатов внеаудиторной самостоятельной работы студента являются: уровень освоения учебного материала, умение использовать теоретические знания при выполнении практических задач, полнота общеучебных представлений, знаний и умений по изучаемой теме, к которой относится данная самостоятельная работа, обоснованность и четкость изложения ответа на поставленный по внеаудиторной самостоятельной работе вопрос, оформление отчетного материала в соответствии с известными или заданными преподавателем требованиями, предъявляемыми к подобного рода материалам.

Подготовка к зачету

В процессе подготовки к зачету обучающемуся рекомендуется так организовать свою учебу, чтобы все виды работ и заданий, предусмотренные рабочей программой, были выполнены в срок. Основное в подготовке к зачету - это повторение всего материала учебной дисциплины. В дни подготовки к зачету необходимо избегать чрезмерной перегрузки умственной работой, чередуя труд и отдых. При подготовке к сдаче зачета старайтесь весь объем работы распределять равномерно по дням, отведенным для подготовки к зачету, контролировать каждый день выполнения работы. Лучше, если можно перевыполнить план. Тогда всегда будет резерв времени. При подготовке к зачету целесообразно повторять пройденный материал в строгом соответствии с учебной программой, примерным перечнем учебных вопросов, заданий, которые выносятся на зачет и содержащихся в данной программе.

11. СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Под специальными условиями для получения образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья понимаются условия обучения, воспитания и развития таких студентов, включающие в себя использование при необходимости адаптированных образовательных программ и методов обучения и воспитания, специальных учебников, учебных пособий и дидактических материалов, специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего необходимую помощь, проведение групповых и индивидуальных коррекционных занятий, обеспечение доступа в здания вуза и другие условия, без которых невозможно или затруднено освоение образовательных программ обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

Обучение в рамках учебной дисциплины обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

Обучение по учебной дисциплине обучающихся с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах.

В целях доступности обучения по дисциплине обеспечивается:

1) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

- наличие альтернативной версии официального сайта института в сети «Интернет» для слабовидящих;
- весь необходимый для изучения материал, согласно учебному плану (в том числе, для обучающихся по индивидуальным учебным планам) предоставляется в электроном виде на диске.
- индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;
- присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;
- обеспечение возможности выпуска альтернативных форматов печатных материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);
- обеспечение доступа обучающегося, являющегося слепым и использующего собаку-проводника, к зданию института.

2) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- наличие микрофонов и звукоусиливающей аппаратуры коллективного пользования (аудиоколонки);

3) для лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата, материально-технические условия должны обеспечивать возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, столовые, туалетные и другие помещения организации, а также пребывания в указанных помещениях (наличие пандусов, поручней, расширенных дверных проемов и других приспособлений).

Перед началом обучения могут проводиться консультативные занятия, позволяющие студентам с ограниченными возможностями адаптироваться к учебному процессу.

В процессе ведения учебной дисциплины профессорско-преподавательскому составу рекомендуется использование социально-активных и рефлексивных методов обучения, технологий социокультурной реабилитации с целью оказания помощи обучающимся с ограниченными возможностями здоровья в установлении полноценных межличностных отношений с другими обучающихся, создании комфортного психологического климата в учебной группе.

Особенности проведения текущей и промежуточной аттестации по дисциплине для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья устанавливаются с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и другое). При необходимости предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на зачете или экзамене.

Автор
к.б.н., доцент, зав. кафедрой анатомии, физиологии и медицины
Даудова Р.Д.