

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Наумова Наталия Александровна  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 24.10.2024 14:21:41  
Уникальный программный ключ:  
6b5279da4e034bff679172803da5b7b9359f6b9e2

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ  
Государственное образовательное учреждение высшего образования Московской области  
МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ОБЛАСТНОЙ УНИВЕРСИТЕТ  
(МГОУ)

Биолого-химический факультет

Кафедра физиологии, экологии человека и медико-биологических знаний

Согласовано управлением организации и  
контроля качества образовательной деятельности  
«11» мая 2024 г.  
Начальник управления

/М.А. Миненкова/

Одобрено учебно-методическим советом  
Протокол «11» мая 2024 г. № 4

Председатель

/Л.Е. Суслин/

Рабочая программа дисциплины

ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Направление подготовки

44.03.05 Педагогическое образование

Профиль

Русский язык и литература

Квалификация

Бакалавр

Форма обучения

Заочная

Согласовано учебно-методической комиссией  
Биолого-химического факультета  
Протокол «8» мая 2024 г. № 8

Председатель УМКом

/И.Ю. Лялина/

Рекомендовано кафедрой физиологии,  
экологии человека и медико-биологических  
знаний

Протокол от «11» мая 2024 г. № 12

Зав. кафедрой

/Ю.П. Молоканова/

Мытищи

2020

Авторы-составители:

Молоканова Ю.П., доцент, кандидат биологических наук, заведующая кафедрой;  
Сапрыкин В.П., доцент, доктор медицинских наук, профессор кафедры  
Беляева А.В., доцент, кандидат медицинских наук, доцент кафедры  
Чехонина О.Б., доцент, кандидат биологических наук, доцент кафедры  
Лялина И.Ю., старший преподаватель кафедры  
Никифорова Е.В. старший преподаватель кафедры  
Штакк Е.А., старший преподаватель кафедры

Рабочая программа дисциплины «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование, профили подготовки: Русский язык и литература; Литература и русский язык как иностранный; Русский язык и иностранный (английский) язык; Русский язык и мировая художественная культура; Русский язык как иностранный; утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ № 125 от 22.02.2018 г.

Дисциплина относится к части, формируемой участниками образовательных отношений Блока 1 «Дисциплины (модули)» и является обязательной для изучения.

## СОДЕРЖАНИЕ

|                                                                                                                                                                                                                                    |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| СОДЕРЖАНИЕ .....                                                                                                                                                                                                                   | 3  |
| 1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ .....                                                                                                                                                                                           | 4  |
| 1.1. Цель и задачи дисциплины .....                                                                                                                                                                                                | 4  |
| 1.2. Планируемые результаты обучения .....                                                                                                                                                                                         | 4  |
| 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ .....                                                                                                                                                                    | 4  |
| 3. ОБЪЕМ И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ .....                                                                                                                                                                                             | 5  |
| 3.1. Объем дисциплины .....                                                                                                                                                                                                        | 5  |
| 3.2. Содержание дисциплины .....                                                                                                                                                                                                   | 5  |
| 4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ .....                                                                                                                                                        | 8  |
| 5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ .....                                                                                                                                    | 15 |
| 5.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы .....                                                                                                                   | 15 |
| 5.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания .....                                                                                                   | 15 |
| 5.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы ..... | 17 |
| 5.3.1. Примерные вопросы тестового контроля знаний .....                                                                                                                                                                           | 17 |
| 5.3.2. Примеры вопросов для подготовки к текущему контролю знаний: .....                                                                                                                                                           | 18 |
| 5.3.3. Типовые задания для самостоятельной работы .....                                                                                                                                                                            | 18 |
| 5.3.4. Примеры проблемных задач .....                                                                                                                                                                                              | 19 |
| 5.3.5. Примерные темы докладов .....                                                                                                                                                                                               | 19 |
| 5.3.6. Вопросы к экзамену .....                                                                                                                                                                                                    | 20 |
| 5.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций. ....                                                            | 23 |
| 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ .....                                                                                                                                                                    | 23 |
| 6.1. Основная литература: .....                                                                                                                                                                                                    | 27 |
| 6.2. Дополнительная литература: .....                                                                                                                                                                                              | 27 |
| 6.3. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»: .....                                                                                                                                                             | 27 |
| 7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ .....                                                                                                                                                                              | 28 |
| 8. ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ .....                                                                                                                                       | 28 |
| 9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ .....                                                                                                                                                                            | 28 |

## **1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ**

В процессе освоения дисциплины студенты педагогического направления подготовки получают знания по теоретическим и практическим вопросам в области основ медицинских знаний и здорового образа жизни. В рамках данного курса студенты изучают симптомы острых состояний и травм, правила доврачебной помощи при разных острых состояниях и травмах, алгоритмы проведения доврачебных манипуляций, факторы формирующие и разрушающие здоровье. Знания в области основ медицинских знаний жизни помогут на научной основе организовать процесс учебно-воспитательной работы с учащимися разного возраста в общеобразовательных учебных заведениях, а также заботиться об охране здоровья детей. Полученные в результате освоения данной дисциплины знания умения и навыки создают теоретическую основу для решения практических профессиональных задач обучения педагогов. Студенты также знакомятся с физиолого-гигиеническими требованиями к организации учебной среды школы и учебного процесса. Соблюдение гигиенических требований способствуют профилактике переутомления школьников, сохранению их работоспособности и здоровья.

### **1.1. Цель и задачи дисциплины**

**Цель освоения дисциплины** заключается в формировании представлений о здоровом образе жизни, а также выработке навыков оказания неотложной доврачебной помощи лицам в острых и терминальных состояниях, а также пострадавшим с разными типами травм.

#### **Задачи дисциплины:**

1. дать знания о симптомах неотложных состояний;
2. сформировать навыки оказания первой доврачебной помощи в случае разных острых состояний, травмах и повреждениях;
3. выработать умения простейших сестринских манипуляций;
4. сформировать представление о механизмах и последствиях здоровье сберегающего и разрушающего влияния факторов окружающей среды и привычек на организм человека;
5. заложить основы бережного отношения к своему здоровью и здоровью других людей

### **1.2. Планируемые результаты обучения**

В результате освоения данной дисциплины у обучающихся формируются следующие компетенции:

УК–8 «Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций»

## **2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

Учебная дисциплина «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений Блока 1 и является обязательной для изучения.

Дисциплина «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» призвана формировать в процессе обучения у студента знания и компетенции по обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеучебной деятельности. Знания основ медицины и здорового образа жизни необходимы студентам для изучения других дисциплин психолого-педагогического и медико-биологического характера: возрастной анатомии, физиологии и гигиены, безопасности жизнедеятельности, психологии,

педагогике, в том числе специальной коррекционной педагогике, а также частных методик преподавания тех или иных дисциплин.

Данная дисциплина является необходимым базовым предметом, успешное освоение которого представляется условием всего последующего учебного процесса. Успешное освоение материала дисциплины служит необходимой базой к прохождению педагогической практики, а также важным условием итоговой аттестации бакалавра по направлению подготовки «Педагогическое образование».

### 3. ОБЪЕМ И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1. Объем дисциплины

| Показатель объема дисциплины                 | Форма обучения        |
|----------------------------------------------|-----------------------|
|                                              | заочная               |
| Объем дисциплины в зачетных единицах         | 2                     |
| Объем дисциплины в часах                     | 72                    |
| Контактная работа:                           | 12,2                  |
| Лекции                                       | 4                     |
| Практические занятия                         | 8                     |
| Контактные часы на промежуточную аттестацию: | 0,2                   |
| Зачет                                        | 0,2                   |
| Самостоятельная работа                       | 52                    |
| Контроль                                     | 7,8                   |
| <b>Форма контроля</b>                        | Зачёт в 1-ом семестре |

#### 3.2. Содержание дисциплины по очной форме обучения

| Наименование разделов (тем)<br>дисциплины с кратким содержанием                                           | Кол-во часов |                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|
|                                                                                                           | Лекции       | Практические занятия |
| <b>Раздел 1. Проблемы здоровья учащихся различных возрастных групп</b>                                    |              |                      |
| <b>Тема 1.</b> Организм как единое целое                                                                  | 1            | 1                    |
| <b>Тема 2.</b> Этапы формирования здоровья ребенка                                                        | 1            | 1                    |
| <b>Раздел 2. Основы микробиологии, иммунологии, эпидемиологии и профилактика инфекционных заболеваний</b> |              |                      |
| <b>Тема 3.</b> Понятие о микробиологии, иммунологии и эпидемиологии                                       |              | 1                    |
| <b>Тема 4.</b> Профилактика инфекционных заболеваний                                                      |              |                      |
| <b>Тема 5.</b> Венерические заболевания и их профилактика                                                 |              | 1                    |
| <b>Раздел 3. Неотложная помощь при острых состояниях</b>                                                  |              |                      |
| <b>Тема 6.</b> Диагностика и приемы оказания первой неотложной помощи                                     | 1            |                      |
| <b>Тема 7.</b> Понятие о неотложных состояниях                                                            | 1            |                      |
| <b>Раздел 4. Неотложная помощь при травмах и повреждениях</b>                                             |              |                      |
| <b>Тема 8.</b> Понятие о травмах и повреждениях                                                           |              | 1                    |
| <b>Тема 9.</b> Кровотечения                                                                               |              | 1                    |
| <b>Тема 10.</b> Термические травмы                                                                        |              | 1                    |
| <b>Тема 11.</b> Терминальные состояния. Реанимация                                                        |              | 1                    |

| <b>Раздел 5. Здоровый образ жизни как социальная и биологическая проблема</b> |                       |          |
|-------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|----------|
| <b>Тема 12.</b> Принципы и методы формирования здорового образа жизни         |                       |          |
| <b>Тема 13.</b> Факторы, формирующие здоровье                                 |                       | 1        |
| <b>Тема 14.</b> Факторы, разрушающие здоровье                                 |                       | 1        |
| <b>Итого</b>                                                                  | <b>4</b>              | <b>8</b> |
| Формы текущего контроля и промежуточной аттестации:                           | Зачёт в 1-ом семестре |          |

### Содержание тем разделов дисциплины

#### **Раздел 1. Проблемы здоровья учащихся различных возрастных групп**

##### **Тема 1. Организм как единое целое**

Функциональные системы регуляции процессов жизнедеятельности. Понятие о болезни и адаптации. Причины болезни. Возрастная периодизация. Факторы, определяющие здоровье учащихся. Основные признаки нарушения здоровья ребенка.

##### **Тема 2. Этапы формирования здоровья ребенка**

Роль семьи в формировании здорового образа жизни ребенка. Физическое развитие и физиологические показатели здоровья. Группы здоровья. Роль наследственности и социальной среды. Роль учителя в профилактике заболеваний учащихся.

#### **Раздел 2. Основы микробиологии, иммунологии, эпидемиологии и профилактика инфекционных болезней**

##### **Тема 3. Понятие о микробиологии, иммунологии и эпидемиологии.**

Понятие об инфекционном заболевании. Этапы инфекционного процесса. Звенья эпидемического процесса, периоды и фазы его течения. Меры профилактики инфекционных заболеваний. Понятие «иммунитет» и его виды. Вакцины и сыворотки. Профилактика распространения инфекционного заболевания: дезинфекция, дезинсекция, дератизация.

##### **Тема 4. Профилактика инфекционных заболеваний**

Источники заболевания, факторы передачи, основные признаки кишечных инфекций, токсоинфекций, паразитарных, грибковых заболеваний, дыхательных и детских инфекций. Противоэпидемические мероприятия.

##### **Тема 5. Венерические заболевания и их профилактика**

Факторы риска и группы риска заражения венерическими заболеваниями. Источники и пути передачи возбудителя. Основные симптомы и особенности течения венерических заболеваний, основные принципы и методы профилактики заболеваний, передающихся половым путем.

#### **Раздел 3. Неотложная помощь при острых состояниях**

##### **Тема 6. Диагностика и приемы оказания первой медицинской помощи**

Основные биологические константы (артериальное давление, пульс, частота дыхания, температура): показатели, техника измерения. Пути введения лекарственных веществ. Техника подкожных и внутримышечных инъекций. Меры воздействия на органы системы кровообращения: показания, противопоказания, техника использования горчичников, медицинских банок, грелки, пузыря со льдом, компрессов. Клизма: виды, показания и противопоказания, техника проведения манипуляции в домашних условиях. Промывание желудка: показания, противопоказания, правила проведения манипуляции в домашних условиях.

##### **Тема 7. Понятие о неотложных состояниях**

Причины, факторы, признаки и неотложная помощь при приступе бронхиальной астмы, диабетической и гипогликемической коме, приступе стенокардии, гипертоническом кризе, обмороке, коллапсе, коликах, приступе эпилепсии, истерическом припадке. Причины, симптомы и помощь при тепловом и солнечном ударах, укачивании.

#### ***Раздел 4. Неотложная помощь при травмах и повреждениях***

##### **Тема 8. Понятие о травмах и повреждениях**

Закрытые и открытые повреждения и их характеристика. Характеристика детского травматизма. Меры профилактики травм. Первая помощь при разных видах закрытых травм: ушиб, растяжение и разрыв связок и мышц, вывих, перелом, краш-синдром. Десмургия. Транспортная иммобилизация.

##### **Тема 9. Кровотечения**

Виды, характеристика, способы остановки кровотечений. Техника использования жгута. Раны: виды, меры неотложной помощи. Понятие травматического шока: причины, противошоковые мероприятия. Понятие об асептике и антисептике.

##### **Тема 10. Термические травмы**

Ожоги и отморожения: виды, степени. Меры профилактики и первая помощь при ожогах и отморожениях. Общее замерзание: причины, симптомы, помощь пострадавшему.

##### **Тема 11. Терминальные состояния. Реанимация**

Понятие клинической и биологической смерти. Комплекс сердечно-легочной реанимации и показания к ее проведению. Критерии эффективности. Техника проведения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца. Оказание доврачебной помощи при утоплении, электротравме, повешении, удушении.

#### ***Раздел 5. Здоровый образ жизни как биологическая и социальная проблема***

##### **Тема 12. Принципы и методы формирования здорового образа жизни учащихся**

Медико-гигиенические аспекты здорового образа жизни. Проблемы мониторинга здоровья. Основные неинфекционные заболевания и их профилактика. Формирование мотивации к здоровому образу жизни. Роль семьи и учебно-воспитательных учреждений.

##### **Тема 13. Факторы, формирующие здоровье**

Физическая культура и ее оздоравливающее значение. Рациональное и сбалансированное питание и здоровье человека. Режим дня и его значение в повседневной жизни человека. Репродуктивное здоровье, его значение для обеспечения благополучия личности, общества и государства. Характеристика периодов беременности и родов. Осложнения и последствия аборта. Брак и семья. Роль семьи в системе здорового образа жизни.

##### **Тема 14. Факторы, разрушающие здоровье**

Гиподинамия и ожирение. Алкоголь и табакокурение. Наркомания и токсикомания. Репродуктивное поведение и его безопасность. Современные методы контрацепции.

Здоровый образ жизни как составляющая мировоззрения человека и привычный характер его поведения. Положительные эмоции и их значение для профилактики болезней.

Профилактика вредных привычек. Здоровье сберегающая функция учебно-воспитательного процесса. Роль учителя в формировании здоровья учащихся и профилактике заболеваний.

#### 4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

| Темы для самостоятельного изучения             | Изучаемые вопросы                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Кол-во часов по очной форме | Формы самостоятельной работы                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Методические обеспечения                       | Формы отчетности                                                                            |
|------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| Тема 1. Организм как единое целое              | 1. Функциональные системы регуляции процессов жизнедеятельности.<br>2. Понятие о здоровье, критерии оценки здоровья, группы здоровья.<br>3. Понятие о болезни, инвалидности. Группы инвалидности.<br>4. Структура заболеваемости взрослого населения.<br>5. Структура заболеваемости и функциональных нарушений детского населения. | 2                           | 1. Составление конспекта.<br>3. Схема «Функциональная система регуляции».<br>4. Таблицы: «Группы здоровья»; «Критерии оценки здоровья»; «Структура заболеваемости взрослого населения»; «Структура заболеваемости детского населения»; «Структура функциональных нарушений детского населения»<br>5. Подготовка доклада с презентацией (по одной из тем) | Учебная и научная литература, ресурсы Интернет | Конспект, отчетные таблицы, доклад с презентацией                                           |
| Тема 2. Этапы формирования здоровья ребенка    | 1. Формирование здорового образа жизни.<br>2. Роль наследственности и социальной среды в формировании здоровья.<br>3. Роль учителя в профилактике заболеваний учащихся.                                                                                                                                                             | 2                           | 1. Составление конспекта.<br>2. Подготовка доклада с презентацией (по одной из тем)                                                                                                                                                                                                                                                                      | Учебная и научная литература, ресурсы Интернет | Проверка конспекта. Устный ответ во время опроса. Доклад с презентацией. Тестовый контроль. |
| Тема 3. Понятие о микробиологии, иммунологии и | 1. Понятие об инфекционном заболевании и этапах инфекционного процесса. Звенья эпидемического процесса,                                                                                                                                                                                                                             | 2                           | 1. Конспект.<br>2. Таблиц: «Сравнительная характеристика вакцин и сывороток»; «Дезинфекция, дезинсекция,                                                                                                                                                                                                                                                 | Учебная и научная литература, ресурсы          | Проверка конспекта. Устный ответ во время опроса.                                           |

|                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                |                                                                                                                         |
|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| эпидемиологии                                    | <p>периоды и фазы его течения.</p> <p>2. Повышение невосприимчивости населения к инфекциям как способ профилактики инфекционных заболеваний. Понятие «иммунитет» и его виды. Вакцины и сыворотки.</p> <p>3. Профилактика распространения инфекционного заболевания путем дезинфекции, дезинсекции, дератизации.</p> <p>4. Изоляция больного как способ профилактики распространения инфекционного процесса.</p>                                                                                 |   | <p>дератизация как профилактические меры: понятие, типы, механизмы, способы».</p> <p>3. Подготовка доклада с презентацией (по одной из тем)</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Интернет                                       | <p>Доклад с презентацией.</p> <p>Тестовый контроль.</p>                                                                 |
| Тема 4.<br>Профилактика инфекционных заболеваний | <p>Источники заболевания, факторы передачи, симптомы кишечных инфекций, токсикоинфекций, дыхательных, паразитарных, грибковых заболеваний, инфекций детского возраста. Противозидемические мероприятия.</p> <p>2. Профилактика и доврачебная помощь при выявлении симптомы кишечных инфекций, токсикоинфекций, дыхательных, паразитарных, грибковых заболеваний, инфекций детского возраста.</p> <p>3. Особенности оказания медицинской помощи лицам с разными инфекционными заболеваниями.</p> | 2 | <p>1. Конспект.</p> <p>2. Таблицы: «Возбудители, симптомы, течение, профилактика кишечных инфекций (гепатит А, холера, дизентерия)»; «Возбудители, симптомы, течение, профилактика инфекций дыхательных путей (корь, краснуха, скарлатина, дифтерия, туберкулез легких, грипп, ОРЗ, ОРВИ)»; «Возбудители, симптомы, течение, профилактика гельминтозов»; «Возбудители, симптомы, течение, профилактика микозов»; «Возбудители, симптомы, течение, профилактика инвазий».</p> <p>3. Подготовка доклада с презентацией (по одной из тем)</p> | Учебная и научная литература, ресурсы Интернет | <p>Проверка конспекта.</p> <p>Устный ответ во время опроса.</p> <p>Доклад с презентацией.</p> <p>Тестовый контроль.</p> |

|                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                |                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Тема 5.<br>Венерические заболевания и их профилактика              | <p>1. Факторы риска и группы риска заражения венерическими заболеваниями.</p> <p>2. Источники и пути передачи возбудителя.</p> <p>3. Основные симптомы и особенности течения венерических заболеваний.</p> <p>4. Основные принципы и методы профилактики заболеваний, передающихся половым путем.</p> <p>5. Особенности оказания медицинской помощи лицам с венерическими заболеваниями.</p> <p>6. Особенности оказания медицинской помощи лицам с ВИЧ.</p>                          | 2 | <p>1. Конспект.</p> <p>2. Таблица «Возбудители, симптомы, течение, профилактика инфекций, предающихся половым путем и трансмиссивных инфекций (гонорея, сифилис, ВМЧ)»;».</p> <p>3. Подготовка доклада с презентацией (по одной из тем).</p>                                                                                                                                                                                                               | Учебная и научная литература, ресурсы Интернет | Проверка конспекта. Устный ответ во время опроса. Доклад с презентацией.                                                                                                                                            |
| Тема 6.<br>Диагностика и приемы оказания первой медицинской помощи | <p>1. Характеристика основных биологических констант: артериальное давление, пульс, частота дыхания, температура – показатели, техника измерения.</p> <p>2. Пути введения лекарственных веществ.</p> <p>3. Техника подкожных и внутримышечных инъекций.</p> <p>4. Показания, противопоказания, техника использования горчичников, медицинских банок, грелки, пузыря со льдом, компрессов.</p> <p>5. Клизма: виды, показания и противопоказания, техника проведения манипуляции в</p> | 2 | <p>1. Конспект.</p> <p>2. Закрепления навыка проведения подкожных и внутримышечных инъекций (на муляже).</p> <p>3. Закрепления навыка исследования артериального давления, пульса, частоты дыхания, температуры тела.</p> <p>4. Закрепления навыка подготовки к проведению манипуляций в домашних условиях: промывание желудка, клизма.</p> <p>5. Закрепления навыка использования горчичников, медицинских банок грелки, пузыря со льдом, компрессов.</p> | Учебная и научная литература, ресурсы Интернет | Проверка конспекта. Устный ответ во время опроса. Демонстрация навыков проведения исследований и сестринских процедур. Тестовый контроль. Выполнение практической работы по исследованию функциональных показателей |

|                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                |                                                                                                                    |
|------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                          | домашних условиях.<br>6. Промывание желудка: показания, противопоказания, правила проведения манипуляции в домашних условиях.                                                                                                                                                                                                                                 |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                | дыхательной и сердечнососудистой систем в покое и после физической нагрузки.                                       |
| Тема 7. Понятие о неотложных состояниях  | Причины, факторы, признаки и неотложная помощь при:<br>– приступе бронхиальной астмы<br>– диабетической и гипогликемической коме<br>– приступе стенокардии<br>– гипертоническом кризе<br>– обмороке, коллапсе<br>– коликах<br>– приступе эпилепсии<br>– истерическом припадке<br>– тепловом и солнечном ударах<br>– укачивании                                | 2 | Конспект с описанием причин, факторов, симптомов, неотложной помощи при указанных острых состояниях                                                                                                                                                                                                                                                         | Учебная и научная литература, ресурсы Интернет | Проверка конспекта.<br>Устный ответ во время опроса.<br>Обсуждение проблемных задач.<br>Тестовый контроль.         |
| Тема 8. Понятие о травмах и повреждениях | 1. Закрытые и открытые повреждения и их характеристика.<br>2. Характеристика детского травматизма.<br>3. медицинская помощь населению при травмах. Профилактики травм.<br>4. Первая помощь при разных видах закрытых травм: ушиб, растяжение и разрыв связок и мышц, вывих, перелом, краш-синдром.<br>5. Правила десмургии.<br>6. Транспортная иммобилизация. | 2 | 1. Конспект.<br>2. Таблица «Сравнительная характеристика открытых и закрытых травм».<br>3. закрепление навыка транспортной иммобилизации.<br>4. Закрепление навыка десмургии:<br>– Повязка на голову (чепец);<br>– Повязка на кисть (перчатка);<br>– Повязка на область локтевого сгиба (сходящаяся, расходящаяся);<br>– Повязка на область грудной клетки. | Учебная и научная литература, ресурсы Интернет | Проверка конспекта.<br>Устный ответ во время опроса.<br>Демонстрация навыка десмургии, транспортной иммобилизации. |
| Тема 9. Кровотечения                     | 1. Понятие об асептике и антисептике.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 2 | 1. Конспект.<br>2. Таблицы: «Асептика, антисептика»;                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Учебная и научная                              | Проверка конспекта.                                                                                                |

|                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                   |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                |                                                                                                                         |
|---------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                             | <p>2. Характеристика разных видов кровотечений.</p> <p>3. Виды, характеристика, способы остановки кровотечений. Техника использования жгута.</p> <p>4. Раны: виды, меры неотложной помощи. Понятие травматического шока: причины, противошоковые мероприятия.</p> |   | <p>«Сравнительная характеристика типов кровотечения»; «Раны: виды, меры неотложной помощи».</p> <p>3. Схемы: «Точки пережатия магистральных артерий для остановки кровотечений».</p> <p>4. Закрепления навыка остановки кровотечений путем:<br/>Тугой тампонады раны;<br/>Пережатия магистрального сосуда;<br/>Форсированного сгибания конечности в суставе;<br/>Наложения кровоостанавливающего жгута.</p> <p>5. Закрепления навыка проведения асептики и антисептики.</p> | литература, ресурсы Интернет                   | Устный ответ во время опроса. Демонстрация закрепленных навыков. Письменный контроль.                                   |
| Тема 10. Термические травмы                 | <p>1. Ожоги и отморожения: виды, степени.</p> <p>2. Меры профилактики и первая помощь при ожогах и отморожениях.</p> <p>3. Общее замерзание: причины, симптомы, помощь пострадавшему.</p>                                                                         | 6 | <p>1. Конспект.</p> <p>2. Таблицы: «Типы ожогов, симптомы, доврачебная помощь»; «Степени термических ожогов, симптомы, доврачебная помощь»; «Степени отморожения, симптомы, доврачебная помощь».</p> <p>3. Доклад с презентацией (по одной из тем).</p>                                                                                                                                                                                                                     | Учебная и научная литература, ресурсы Интернет | Проверка конспекта. Устный ответ во время опроса. Доклад с презентацией.                                                |
| Тема 11. Терминальные состояния. Реанимация | <p>1. Понятие клинической и биологической смерти. Признаки биологической смерти.</p> <p>2. Комплекс сердечно-легочной реанимации и показания к ее проведению. Критерии эффективности.</p> <p>3. Техника проведения</p>                                            | 2 | <p>1. Конспект.</p> <p>2. Схема алгоритма проведения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца при участии одного и двух реаниматоров.</p> <p>3. Схемы алгоритмов оказания доврачебной помощи при утоплении, электротравме, повешении, удушении</p> <p>4. Доклад с презентацией (по одной из</p>                                                                                                                                                           | Учебная и научная литература, ресурсы Интернет | Проверка конспекта. Устный ответ во время опроса. Закрепление навыка ИВЛ и непрямого массажа сердца на муляже. Доклад с |

|                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |    |                                          |                                                |                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|------------------------------------------|------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                            | искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца.<br>4. Оказание доврачебной помощи при утоплении, электротравме, повешении, удушении.                                                                                                                                                                                                               |    | тем)                                     |                                                | презентацией.<br>Тестовый контроль                                             |
| Тема 12.<br>Принципы и методы формирования здорового образа жизни учащихся | 1. Медико-гигиенические аспекты здорового образа жизни.<br>2. Принципы мониторинга здоровья.<br>3. Основные неинфекционные заболевания и их профилактика.<br>4. Особенности оказания медицинской помощи лицам с основными неинфекционными заболеваниями.<br>5. Формирование мотивации к здоровому образу жизни. Роль семьи и учебно-воспитательных учреждений. | 12 | 1. Конспект.<br>2. Доклад с презентацией | Учебная и научная литература, ресурсы Интернет | Проверка конспекта.<br>Устный ответ во время опроса.<br>Доклад с презентацией. |
| Тема 13.<br>Факторы, формирующие здоровье                                  | 1. Физическая культура и ее оздоравливающее значение.<br>2. Рациональное и сбалансированное питание и здоровье человека.<br>3. Режим дня и его значение в повседневной жизни человека.<br>4. Репродуктивное здоровье. Характеристика периодов беременности и родов. Осложнения и последствия аборта. Брак и семья.                                             | 2  | 1. Конспект.<br>2. Доклад с презентацией | Учебная и научная литература, ресурсы Интернет | Проверка конспекта.<br>Устный ответ во время опроса.<br>Доклад с презентацией. |

|                                                 |                                                                                                                                                                                                                             |    |                                          |                                                |                                                                          |
|-------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|------------------------------------------|------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
|                                                 | 5. Роль семьи в системе здорового образа жизни.                                                                                                                                                                             |    |                                          |                                                |                                                                          |
| Тема 14.<br>Факторы,<br>разрушающие<br>здоровье | 1. Гиподинамия и ожирение.<br>2. Алкоголизм.<br>3. Табакокурение.<br>4. Наркомания и токсикомания.<br>5. Репродуктивное поведение и его безопасность. Современные методы контрацепции.<br>6. Профилактика вредных привычек. | 12 | 1. Конспект.<br>2. Доклад с презентацией | Учебная и научная литература, ресурсы Интернет | Проверка конспекта. Устный ответ во время опроса. Доклад с презентацией. |

## 5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

### 5.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

В результате изучения дисциплины «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» формируются следующие компетенции:

| Код и наименование компетенции в соответствии с требованиями ФГОС ВО № 125 от 22.02.2018 г.                                        | Этапы формирования                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК–8 «Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций» | Аудиторная работа (лекции, практические занятия) – по всем разделам дисциплины;<br>Самостоятельная работа;<br>Участие в научно-исследовательской работе |

### 5.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

| Оцениваемые компетенции | Уровень сформированности | Этап формирования                                                                                  | Описание показателей                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Критерии оценивания                                                                                                                                                                 | Шкала оценивания |
|-------------------------|--------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| УК - 8                  | Пороговый                | 1.Аудиторная работа на учебных занятиях (лекции, практические занятия)<br>2.Самостоятельная работа | <i>знать:</i><br>- основные понятия медицинских знаний для создания и поддержания безопасных условий жизнедеятельности;<br>- характеристику групп здоровья;<br>- о способах профилактики их распространения и методах доврачебной помощи инфекционным больным;<br>- принципы доврачебной помощи при ранах и травмах;<br>- основные принципы здорового образа жизни;<br><i>уметь:</i><br>- оказывать неотложную помощь при неотложных состояниях, травмах, термических повреждениях<br>- обосновать основные принципы профилактики разрушения здоровья школьников.<br><i>владеть:</i><br>- навыками наложения повязок; методами временной остановки кровотечений;<br>- навыками проведения реанимационных мероприятий;<br>- методами измерения температуры тела, артериального давления, пульса, частоты дыхания; | Текущий контроль усвоения знаний на основе оценки устного ответа или решение ситуационной задачи<br>Демонстрация практических навыков<br>Тестовый контроль<br>Доклад с презентацией | 41–60 баллов     |

|  |             |                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                           |               |
|--|-------------|---------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
|  |             |                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- способами постановки клизмы, наложения горчичников, компрессов, использования грелки, пузыря со льдом;</li> <li>- методами введения лекарственных веществ инъекционным способом</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                           |               |
|  | Продвинутый | 1. Самостоятельная работа<br>2. Участие в научно-исследовательской работе | <p><i>знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- показатели индивидуального и популяционного здоровья, характеристику групп здоровья, структуру заболеваемости и инвалидности населения;</li> <li>- о природе инфекционных заболеваний, способах профилактики их распространения и методах доврачебной помощи инфекционным больным;</li> <li>- причины, признаки неотложных состояний и методы доврачебной помощи при них;</li> <li>- определение и признаки клинической и биологической смерти;</li> <li>- основные принципы реанимации;</li> <li>- признаки ран, кровотечений, травм, в том числе термических, а также принципы доврачебной помощи при них;</li> <li>- факторы, формирующие здоровье человека и основные принципы здорового образа жизни;</li> <li>- факторы, разрушающие здоровье человека и принципы профилактики их влияния;</li> </ul> <p><i>уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять первичную и вторичную профилактику;</li> <li>- правильно устанавливать связь между инфекционным и эпидемическим процессом, оценивать эпидемическую опасность источника инфекционного заболевания;</li> <li>- оказать неотложную помощь при неотложных состояниях, травмах, термических повреждениях;</li> <li>- формулировать и обосновывать роль различных факторов в возникновении вредных привычек, разрушающих здоровье у детей и подростков;</li> <li>- обосновать основные принципы профилактики разрушения здоровья</li> </ul> | Текущий контроль усвоения знаний на основе оценки устного ответа или решение ситуационной задачи<br>Демонстрация практических навыков<br>Тестовый контроль<br>Доклад с презентацией.<br>Реферат.<br>Зачет | 61–100 баллов |

|  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |  |
|--|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
|  |  |  | <p>школьников;<br/> <i>владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками наложения повязок, в том числе с использованием подручных средств;</li> <li>- методами временной остановки кровотечений разными способами;</li> <li>- способами транспортной иммобилизации, в том числе с помощью подручных средств;</li> <li>- навыками проведения реанимационных мероприятий; методами измерения температуры тела, артериального давления, пульса, частоты дыхания;</li> <li>- способами постановки клизмы, наложения горчичников, компрессов, использования грелки, пузыря со льдом;</li> <li>- методами введения лекарственных веществ инъекционным способом.</li> </ul> |  |  |
|--|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|

### 5.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

#### 5.3.1. Примерные вопросы тестового контроля знаний

#### Раздел 1. Проблемы здоровья учащихся различных возрастных групп

##### 1. Дети четвертой медицинской группы по уровню здоровья обучаются:

- а) в общеобразовательных школах-интернатах,
- б) условиях стационара,
- в) в специальных школах,
- г) в общеобразовательных школах.

##### 2. В медицине здоровье человека рассматривают как:

- а) нормальное функционирование всех систем организма человека в состоянии покоя,
- б) отсутствие хронических и наследственных болезней,
- в) состояние полного физического, психического и социального благополучия,
- г) адаптацию организма человека к внешней среде.

##### 3. Специфическими особенностями ребенка, влияющими на его здоровье, является:

- а) отсутствие наследственных аномалий и повышенная невосприимчивость к инфекциям,
- б) интенсивность процессов роста и развития,
- в) врожденная устойчивость к действию патологических факторов,
- г) низкий уровень процессов обмена веществ и роста организма.

##### 4. Низким показателем младенческой смертности принято считать \_\_\_\_\_ умерших младенцев на 1000 живорожденных:

- а) более 36,
- б) 26-35,
- в) до 15,
- г) 16-25.

5. В структуре заболеваемости по обращаемости первое место занимают болезни:

- а) кожи и подкожной клетчатки, в) органов дыхания,  
б) костно-мышечной системы, г) эндокринной системы.

6. К группе часто болеющих относятся дети, переболевшие в течение года \_\_\_\_\_ раз:

- а.) 3 раза, б.) более 4, в.) 2 раза, г.) 1 раз.

7. Развитие неврастения у школьников является причиной \_\_\_\_\_ процессов адаптации:

- а) избирательности, в) нарушения,  
б) стабилизации, г) повышения реактивности.

8. Детский травматизм отражает число травм у детей в возрасте до \_\_\_\_\_ лет:

- а) 8 лет, б) 14 лет, в) 12 лет, г) 10 лет.

9. Для характеристики популяционного здоровья не используют показатели \_\_\_\_\_ населения:

- а) инвалидности, в) мобильности,  
б) заболеваемости, г) болезненности.

10. Снижение работоспособности, потеря аппетита, сонливость входит в группу \_\_\_\_\_ показателей здоровья человека:

- а) объективных, в) избирательных,  
б) субъективных, г) обобщающих.

5.3.2. Примеры вопросов для подготовки к текущему контролю знаний:

Вопросы текущего контроля к **Теме 1. Организм как единое целое:**

1. Звенья схемы функциональной системы регуляции процессов жизнедеятельности.
2. Пример функциональной системы регуляции процессов жизнедеятельности.
3. Понятие о внутренней среде организма и ее биологических константах.
4. Что такое здоровье? Критерии его определения.
5. Признаки нарушения здоровья у детей и подростков.
6. Факторы, определяющие здоровье.
7. Понятие болезни и инвалидности.
8. Группы инвалидности.
9. Структура заболеваемости взрослого и детского населения.
10. Структура функциональных нарушений детского возраста.
11. Особенности роста и развития в разные периоды постнатального онтогенеза.

5.3.3. Типовые задания для самостоятельной работы

Проработав **Тему 1. Организм как единое целое:**

1. Заполните таблицу 1.

Таблица 1. Медико-биологическая классификация возрастных периодов детства.

| Возрастной период      | Критерии | Основные морфо-функциональные изменения |
|------------------------|----------|-----------------------------------------|
| I. Внутриутробный      |          |                                         |
| 1. Эмбриональный       |          |                                         |
| 2. Плацентарный        |          |                                         |
| II. Внеутробный        |          |                                         |
| 1. Новорожденный       |          |                                         |
| 2. Грудной             |          |                                         |
| 3. Раннее детство      |          |                                         |
| 4. Первое детство      |          |                                         |
| 5. Второе детство      |          |                                         |
| 6. Подростковый период |          |                                         |
| 7. Юношеский           |          |                                         |

2. Составьте схему функциональной системы регуляции, на конкретном примере объясните принцип её работы.
3. Составьте конспект по плану: «Понятие болезнь. Структура заболеваемости взрослого и детского населения. Структура функциональных отклонений детского населения. Понятие инвалидность. Группы инвалидности. Понятие здоровье. Группы, критерии, факторы здоровья».

#### *5.3.4. Примеры проблемных задач к теме 7 раздела 3*

##### Задача № 1 «Острые состояния»

В вагоне метро Вы заметили полную женщину 60-ти лет со следующими симптомами: лицо красное; вытирает пот; дышит тяжело, часто, поверхностно; взгляд блуждающий; держится за сердце; пытается найти опору.

##### **Вопросы:**

1. Какому острому состоянию соответствуют этим симптомы?
2. Какие действия следует предпринять?
3. Какие доврачебные манипуляции необходимо провести?

#### *5.3.5. Примерные темы докладов, рефератов*

1. Абиотические факторы окружающей среды, влияющие на формирование здоровья. Значение световой среды.
2. Абиотические факторы окружающей среды, влияющие на формирование здоровья. Значение водной среды. Закаливание.
3. Абиотические факторы окружающей среды, влияющие на формирование здоровья. Роль воздушной среды.
4. Радиация как фактор окружающей среды, разрушающий здоровье. Болезни, вызванные повышенным радиационным фоном.
5. Кислотные дожди как факторы окружающей среды, разрушающие здоровье. Причины возникновения. Последствия воздействия.
6. Пестициды как факторы окружающей среды, разрушающие здоровье. Понятие, типы, воздействие на организм, профилактика.
7. Атмосфера большого города как фактор, разрушающий здоровье. Выхлопные газы, смог, тяжелые металлы, запыление. Последствия воздействия на организм.
8. Половое и гигиеническое воспитание подростков как фактор, формирующий здоровье. Венерические болезни.
9. Половое и гигиеническое воспитание подростков как фактор, формирующий здоровье. Проблема однополых половых отношений.
10. Половое и гигиеническое воспитание подростков как фактор, формирующий здоровье. СПИД. Понятие, пути заражения, профилактика.
11. Аборт как фактор, разрушающий здоровье. Понятие, типы, осложнения.
12. Критические периоды беременности и поведения женщины.
13. Уход за ребенком первого года жизни
14. Алкоголь как фактор, разрушающий здоровье. Последствия употребления алкоголя во время беременности.
15. Алкоголь как фактор, разрушающий здоровье. Болезни, обусловленные хроническим алкоголизмом.
16. Алкоголь как фактор, разрушающий здоровье. Суррогаты алкоголя. Понятие, типы, последствия использования суррогатов алкоголя.
17. Наркотики как фактор, разрушающий здоровье. Типы наркотических средств. Последствие применения наркотиков. Болезни наркоманов.
18. Табакокурение как фактор, разрушающий здоровье. Болезни курильщиков.
19. Режим и норма питания как факторы, формирующие здоровье.

20. Нарушение режима и нормы питания как факторы, разрушающие здоровье. Последствия голодания и переедания.
21. Понятие обмена веществ и энергии. Болезни, связанные с нарушением обмена веществ, их профилактика.
22. Витамины как компоненты рационального питания. Понятие, классификация, витаминизированные продукты питания. Проблема гиповитаминозов и гипервитаминозов. Синтетические поливитамины: «За» и «Против».
23. Вакцины и сыворотки как факторы, повышающие иммунитет населения. Понятие, разница. Плановая вакцинация.
24. Эпидемии в прошлом и настоящем. Понятие, причины возникновения. Асептика, антисептика, дезинфекция, дезинсекция, дератизация и прочие способы профилактики.
25. Режим труда и отдыха как факторы, формирующие здоровье. Последствия нарушения режима труда и отдыха.
26. Физкультура и физические нагрузки как факторы, формирующие здоровье. Последствия гиподинамии.
27. Нарушение развития опорно-двигательного аппарата подростков. Профилактика. Роль физкультуры в восстановлении здоровья.
28. Физкультура и физические нагрузки как факторы, формирующие здоровье. Возрастные особенности реакции сердечно-сосудистой системы на физическую нагрузку.
29. Виды ожирения. Профилактика ожирения у детей.
30. Понятие о нормальном весе и способы его поддержания.
31. Гигиенические требования к рациональному питанию.
32. Физиологические рекомендации к питанию в зависимости от состояния здоровья.
33. Движение в различные возрастные периоды человека.
34. Закаливание. Факторы, методы и принципы закаливания.
35. Влияние спорта и физической культуры на здоровье человека.
36. Орган зрения. Нарушения и болезни органов зрения. Профилактика нарушения зрения у детей.
37. Орган слуха. Нарушения и болезни органов слуха. Профилактика заболеваний. Современная проблема тугоухости у подростков.
38. Законодательная база современного здравоохранения в нашей стране.
39. Социальные болезни современности. Типы. Причины. Пути заражения. Профилактика.

#### *5.3.6. Вопросы к зачету*

1. Организм как целостная система. Понятие «внутренняя среда организма». Константы внутренней среды организма. Принцип саморегуляции.
2. Понятия «здоровье», «практически здоровый человек», «болезнь». Типы болезнетворных факторов.
3. Понятие «болезнь». Периоды болезни, их характеристика.
4. Структура заболеваемости и взрослого и детского населения. Структура функциональных нарушений детей. Причины. Профилактика.
5. Понятие «инвалидность». Группы инвалидности. Критерии инвалидности
6. Возрастные периоды постнатального онтогенеза. Их характеристика. Сенситивные периоды развития детей и подростков..
7. Термометрия как один из основных методов исследования больного. Понятие, способы, приборы, места, алгоритм проведения термометрии.
8. Исследование пульса как один из основных методов исследования больного. Понятие, типы пульса, исследуемые параметры при изучении пульса, места, алгоритм проведения.
9. Понятие «кровенное давление». Типы. Понятие «артериальное давление». Изменение показателей артериального давления в зависимости от возраста. Исследование артериального давления как один из основных методов исследования больного. Приборы, места, алгоритм исследования.

10. Инъекции как один из основных способов парентерального введения лекарств. Места инъекций. Преимущества перед другими способами введения лекарств. Оборудование, алгоритм действий, места проведения подкожной инъекции.
11. Инъекции как один из основных способов парентерального введения лекарств. Места инъекций. Преимущества перед другими способами введения лекарств. Оборудование, алгоритм действий, места проведения внутримышечной инъекции.
12. Компресс как один из основных методов ухода за больным. Понятие, типы, характеристика разных типов компрессов. Лечебное действие, оборудование и алгоритм действий при наложении согревающего компресса.
13. Банки как один из основных методов ухода за больным. Понятие, лечебное действие, показание к применению, противопоказания, места постановки, оборудование и алгоритм действий при постановке банок.
14. Горчичники как один из основных методов ухода за больным. Понятие, лечебное действие, показания к применению и места наложения, противопоказания, оборудование, алгоритм действий при наложении горчичников.
15. Клизма как один из основных методов ухода за больным. Типы клизм. Показания и противопоказания для проведения очистительной клизмы. Оборудование и алгоритм действий при постановке очистительной клизмы ребенку.
16. Грелка и пузырь со льдом как одни из основных методов ухода за больным. Показания и противопоказания к использованию грелки и пузыря со льдом. Оборудование и алгоритм действий при проведении каждой манипуляции.
17. Промывание желудка и кормление больного как методы ухода за больным. Алгоритм действий при промывании желудка в домашних условиях.
18. Смена постельного и нательного белья как методы ухода за больным. Способы смены постельного белья. Алгоритм действий при проведении манипуляций.
19. Смена постельного белья, профилактика пролежней как методы ухода за больным. Способы смены постельного белья. Алгоритм действий при проведении манипуляций. Места образования пролежней, профилактика.
20. Понятие «острые состояния». Гипертонический криз и стенокардия как острые состояния, связанные с нарушением деятельности сердечно-сосудистой системы. Причины, симптомы, доврачебная помощь при каждом состоянии.
21. Понятие «острые состояния». Обморок, коллапс, шок как проявления острой сосудистой недостаточности. Причины, симптомы, доврачебная помощь.
22. Понятие «острые состояния». Аллергия как одно из острых состояний организма. Типы аллергенов. Анафилактический шок. Симптомы, доврачебная помощь.
23. Понятие «острые состояния». Бронхиальная астма как одно из острых состояний организма. Причины, симптомы приступа, доврачебная помощь.
24. Понятие «острые состояния». Приступ эпилепсии. Типы приступов. Причины приступа. Симптомы большого эпилептического припадка, доврачебная помощь.
25. Понятие «острые состояния». Колики как острые состояний организма. Типы колик. Причины, симптомы, доврачебная помощь.
26. Понятие «острые состояния». Сахарный диабет, симптомы. Острые состояния при сахарном диабете: гипогликемическая и гипергликемическая комы. Причины, симптомы, доврачебная помощь.
27. Понятие «острые состояния». Тепловой, солнечный удары, укачивание как острые состояний организма. Причины, симптомы, доврачебная помощь. Профилактика.
28. Понятие «острые отравления». Классификация острых отравлений. Типы отравляющих веществ. Их классификация.
29. Понятие «острые отравления». Острые отравления медикаментами. Симптомы при передозировке снотворного, успокаивающего веществ. Доврачебная помощь.
30. Понятие «острые отравления». Острые отравления наркотическими веществами, алкоголем и его суррогатами. Типы суррогатов. Симптомы, доврачебная помощь.

31. Понятие «острые отравления». Острые отравления животными ядами: укусы змей, насекомых, уколы ядовитых рыб. Симптомы, доврачебная помощь.
32. Понятие «острые отравления». Пищевые отравления и пищевые токсикоинфекции. Понятие, причины, симптомы, доврачебная помощь.
33. Понятие «острые отравления». Острые отравления газами: угарный газ, природные газы, хлор, аммиак. Характеристика газов. Симптомы отравления, доврачебная помощь.
34. Понятие «острые отравления». Острые отравления средствами бытовой химии и ядохимикатами: пути проникновения в организм, общие симптомы, общая доврачебная помощь. Характеристика отравляющего воздействия красителей, косметических средств, растворителей, пятновыводителей. Особые симптомы.
35. Понятие «острые отравления». Острые отравления средствами бытовой химии и ядохимикатами: отравления инсектицидами, кислотами и щелочами. Характеристика отравляющего воздействия веществ на организм. Особые симптомы, доврачебная помощь.
36. Понятие «инфекционные болезни». Классификация и характеристика патогенных микроорганизмов. Составляющие инфекционного процесса. Типы инфекционных заболеваний. Понятия «спорадическая заболеваемость», «эпидемия», «пандемия». Периоды инфекционного заболевания.
37. Понятие «инфекционные болезни». Основные методы борьбы и профилактика инфекционных заболеваний: изоляция больного, дезинфекция, дезинсекция, дератизация, повышение невосприимчивости населения к инфекциям (понятие «иммунитет», вакцины, сыворотки).
38. Понятие «инфекционные болезни». Инфекционные заболевания дыхательных путей. Источники заражения, пути передачи, общие симптомы, доврачебная помощь и профилактика.
39. Понятие «инфекционные болезни». Детские инфекционные заболевания дыхательных путей: ветряная оспа, дифтерия, коклюш, корь, скарлатина, эпидемический паротит. Характеристика и основные проявления. Пути передачи. Доврачебная помощь и профилактика.
40. Понятие «инфекционные болезни». Инфекционные заболевания дыхательных путей: грипп, ОРЗ и ОРВИ, туберкулез. Характеристика и основные проявления. Пути передачи. Доврачебная помощь и профилактика.
41. Понятие «инфекционные болезни». Инфекционные заболевания пищеварительной системы: вирусный гепатит, дизентерия, холера. Характеристика и основные проявления. Пути передачи. Доврачебная помощь и профилактика.
42. Понятие «инфекционные болезни». Инфекционные заболевания половой системы: сифилис, гонорея, СПИД. Характеристика и основные проявления. Пути передачи. Доврачебная помощь и профилактика.
43. Понятие «инфекционные болезни». Паразитарные болезни (инвазии): понятие, типы возбудителей, источник заражения, пути передачи, профилактика.
44. Понятие «инфекционные болезни». Грибковые заболевания кожи (микозы): понятие, возбудитель, типы микозов, источник заражения, пути передачи, профилактика.
45. Понятие «травма». Классификация травм. Правила наложения транспортной шины.
46. Понятие «раны». Классификация ран. Типы случайных ран, их характеристика.
47. Понятие «кровотечение». Классификация. Способы временной остановки кровотечений. Правила наложения давящей повязки.
48. Понятие «кровотечение». Способы временной остановки кровотечений. Остановка кровотечений путем пальцевого прижатия артерий.
49. Понятие «кровотечение». Способы временной остановки кровотечений. Правила остановки кровотечения с помощью кровоостанавливающего жгута.
50. Понятие «кровотечение». Способы временной остановки кровотечений. Правила остановки кровотечения путем максимального сгибания конечности в суставе.

51. Понятие «кровотечение». Способы временной остановки кровотечений. Помощь при носовом кровотечении, при кровотечении из полости уха, из лунки удаленного зуба.
52. Закрытые повреждения мягких тканей: ушиб, вывих, растяжение и разрыв связок и мышц. Понятие, характеристика, доврачебная помощь.
53. Понятия «асептика», «антисептика». Методы.
54. Понятие «перелом». Характеристика, классификация, доврачебная помощь. Правила наложения транспортной шины.
55. Понятие «ожог». Классификация Ожогов по типу поражающего агента, по глубине поражения. Доврачебная помощь при ожогах.
56. Понятие «отморожение». Характеристика, степени отморожения, доврачебная помощь.
57. Понятие «общее замерзание». Причины, симптомы, доврачебная помощь, профилактика.
58. Понятие «утопление». Причины, виды, доврачебная помощь.
59. Понятие «реанимация». Правило ABC. Стадии процесса умирания. Условия проведения реанимации. Алгоритм действий.
60. Инородные тела в полости уха, носа, в глазу, в дыхательных путях. Характеристика, доврачебная помощь.
61. Факторы, определяющие здоровье человека: разрушающие и укрепляющие здоровье.
62. Токсикомания и наркомания. Последствия и профилактика.
63. Алкоголизм: понятие, последствия, профилактика.
64. Курение: последствия, профилактика.
65. Медико-гигиенические аспекты здорового образа жизни.
66. Здоровый образ жизни как составляющая мировоззрения человека и привычный характер его поведения. Роль физической культуры, закаливания, рационального питания, режима труда и отдыха в сохранении и укреплении здоровья.
67. Здоровье сберегающая функция учебно-воспитательного процесса.
68. Роль учителя в формировании здоровья учащихся и профилактике заболеваний.

#### **5.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.**

Студенты, пропустившие лекционные занятия, пишут содержательно-тематический отчет-конспект (в форме логико-терминологической схемы отражающей содержание темы) о самостоятельном освоении содержания тем пропущенных занятий. Студенты, пропустившие практические занятия, в обязательном порядке отрабатывают пропущенные темы в часы установленные преподавателем. В процессе практических занятий рекомендуется проводить тестовый контроль, обсуждение проблемных вопросов, докладов, рефератов. Для проведения текущего, самостоятельного и итогового контроля разработаны тестовые задания, вопросы для самостоятельной подготовки, вопросы к зачету.

*Текущий контроль (полусеместровый) студента оценивается из расчета 100 баллов.* При этом учитывается посещаемость студентом лекций, практических занятий, ведение конспектов, активность студента на занятиях, результаты промежуточных письменных и устных контрольных опросов, итоги контрольных работ (тестов, проблемных ситуационных задач), участие студентов в научной работе (написание рефератов, докладов и т.п.). Каждый компонент имеет соответствующий удельный вес в баллах.

#### **Соотношение вида работ и количества баллов в рамках процедуры оценивания**

| <b>Вид работы</b>                                   | <b>Количество баллов</b> |
|-----------------------------------------------------|--------------------------|
| Контроль посещений                                  | до 12 баллов             |
| Устный опрос /обсуждение/решение ситуационных задач | до 24 баллов             |
| Доклад с презентацией                               | до 10 баллов             |
| Демонстрация практических навыков                   | до 24 баллов             |
| Тест /Контрольная работа                            | до 10 баллов             |

|         |              |
|---------|--------------|
| Реферат | до 10 баллов |
| Зачет   | до 10 баллов |

### Оценивание посещаемости занятий

| Критерий оценивания                                                                                                                       | Баллы |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| Регулярное посещение занятий (лекций и практических), высокая активность на занятиях                                                      | 10-12 |
| Систематическое посещение занятий (лекций и практических), участие на занятиях, единичные пропуски по уважительной причине и их отработка | 7-9   |
| Нерегулярное посещение занятий (лекций и практических), низкая активность на занятиях                                                     | 4-6   |
| Регулярные пропуски занятий (лекций и практических) и отсутствие активности работы, больше 45% прогулов                                   | 0-3   |

Максимальное количество баллов –12 баллов

### Шкала оценивания опроса и обсуждения

| Критерии оценивания                     | Баллы |
|-----------------------------------------|-------|
| Свободное владение материалом           | 4     |
| Достаточное усвоение материала          | 3     |
| Поверхностное усвоение материала        | 1     |
| Неудовлетворительное усвоение материала | 0     |

Максимальное количество баллов – 4 балла за каждый опрос.

### Шкала оценивания решения ситуационной задачи

| Критерии оценивания                                                                                                                                                                                                                                                                              | Баллы |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| Ответ на вопрос задачи дан правильный. Объяснение хода ее решения подробное, последовательное, грамотное, с теоретическими обоснованиями (в т.ч. из лекционного курса), с необходимым схематическими изображениями и демонстрациями; ответы на дополнительные вопросы верные, четкие             | 4     |
| Ответ на вопрос задачи дан правильный. Объяснение хода ее решения подробное, но недостаточно логичное, с единичными ошибками в деталях, некоторыми затруднениями в теоретическом обосновании (в т.ч. из лекционного материала), ответы на дополнительные вопросы верные, но недостаточно четкие. | 3     |
| Ответ на вопрос задачи дан правильный. Объяснение хода ее решения недостаточно полное, непоследовательное, с ошибками, слабым теоретическим обоснованием (в т.ч. лекционным материалом), дополнительные вопросы недостаточно четкие, с ошибками в деталях.                                       | 1     |
| Ответ на вопрос задачи дан не правильный. Объяснение хода ее решения дано неполное, непоследовательное, с грубыми ошибками, без теоретического обоснования (в т.ч. лекционным материалом), ответы на дополнительные вопросы неправильные или отсутствуют.                                        | 0     |

Максимальное количество баллов – 4 балла за каждую задачу.

### Шкала оценивания доклада

| Критерии оценивания                                                                                                                                                                          | Балл |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| Доклад соответствует заявленной теме, выполнен с привлечением достаточного количества научных и практических источников по теме, магистрант в состоянии ответить на вопросы по теме доклада. | 5    |
| Доклад в целом соответствует заявленной теме, выполнен с                                                                                                                                     | 2    |

|                                                                                                                                                                                                            |   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| привлечением нескольких научных и практических источников по теме, студент в состоянии ответить на часть вопросов по теме доклада.                                                                         |   |
| Доклад не совсем соответствует заявленной теме, выполнен с использованием только 1 или 2 источников, студент допускает ошибки при изложении материала, не в состоянии ответить на вопросы по теме доклада. | 1 |

Максимальное количество баллов – 5 баллов

### Шкала оценивания презентации

| Критерии оценивания                                                                                                                                                                                                       | Балл |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| Представляемая информация систематизирована, последовательна и логически связана. Проблема раскрыта полностью. Широко использованы возможности технологии Power Point.                                                    | 5    |
| Представляемая информация в целом систематизирована, последовательна и логически связана (возможны небольшие отклонения). Проблема раскрыта. Возможны незначительные ошибки при оформлении в Power Point (не более двух). | 2    |
| Представляемая информация не систематизирована и/или не совсем последовательна. Проблема раскрыта не полностью. Выводы не сделаны или не обоснованы. Возможности технологии Power Point использованы лишь частично.       | 1    |

Максимальное количество баллов – 5 баллов

### Шкала оценивания демонстрации практических навыков

| Критерии оценивания                                                                                                                                                                                                                                       | Баллы |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| Студент показывает хорошие знания учебного материала по теме, знает методику проведения практического навыка (манипуляции), умеет последовательно демонстрировать практические навыки и умения. Дает удовлетворительные ответы на дополнительные вопросы. | 2     |
| Студент владеет отрывочными знаниями по практическим навыкам и умениям, затрудняется в умении их осуществить, дает неполные ответы на поставленные вопросы.                                                                                               | 1     |
| Студент не знает методики проведения и/или не может продемонстрировать практический навык (манипуляцию).                                                                                                                                                  | 0     |

Максимальное количество баллов – 24 балла

### Шкала оценивания реферата и контрольных работ

| Критерии оценивания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Баллы |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| содержание соответствуют поставленным цели и задачам, изложение материала отличается логичностью и смысловой завершенностью, студент показал владение материалом, умение четко, аргументировано и корректно отвечать на поставленные вопросы, отстаивать собственную точку зрения - «отлично»                                                                                                                                                                           | 8-10  |
| содержание недостаточно полно соответствует поставленным цели и задачам исследования, работа выполнена на недостаточно широкой источниковой базе и не учитывает новейшие достижения науки, изложение материала носит преимущественно описательный характер, студент показал достаточно уверенное владение материалом, однако недостаточное умение четко, аргументировано и корректно отвечать на поставленные вопросы и отстаивать собственную точку зрения - «хорошо». | 5-7   |
| содержание не отражает особенности проблематики избранной темы;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 2-4   |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| содержание работы не полностью соответствует поставленным задачам, источниковая база является фрагментарной и не позволяет качественно решить все поставленные в работе задачи, работа не учитывает новейшие достижения историографии темы, студент показал неуверенное владение материалом, неумение отстаивать собственную позицию и отвечать на вопросы - «удовлетворительно» |     |
| работа не имеет логичной структуры, содержание работы в основном не соответствует теме, источниковая база исследования является недостаточной для решения поставленных задач, студент показал неуверенное владение материалом, неумение формулировать собственную позицию - «неудовлетворительно»                                                                                | 0-2 |

Максимальное количество баллов – 10 баллов

### Шкала оценивания тестовых работ (тестов)

| Критерии оценивания                                            | Баллы |
|----------------------------------------------------------------|-------|
| 0–20% правильных ответов оценивается как «неудовлетворительно» | 2     |
| 30–50% – «удовлетворительно»                                   | 3-5   |
| 60–80% – «хорошо»                                              | 6-8   |
| 80–100% – «отлично»                                            | 8-10  |

Максимальное количество баллов – 10 баллов

*Итоговая оценка знаний* студентов по изучаемой дисциплине составляет 100 баллов, которые конвертируется в «зачтено»/«не зачтено» (промежуточная форма контроля – зачет), по следующей схеме:

|                  |              |
|------------------|--------------|
| 41 баллов и выше | «зачтено»    |
| 40 баллов и ниже | «не зачтено» |

Отметка **«зачтено»** выставляется в трех случаях:

1. теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения высокое.

2. теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно, некоторые предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены с ошибками.

3. теоретическое содержание курса освоено частично, но пробелы не носят существенного характера, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий содержат ошибки.

Отметка **«не зачтено»** выставляется в том случае, когда теоретическое содержание курса не освоено, необходимые практические навыки работы не сформированы, 50 и более процентов учебных заданий, предусмотренных программой обучения, не выполнены, содержат грубые ошибки, дополнительная самостоятельная работа над материалом дисциплины не проведена, либо качество выполнения низкое, большое число занятий (50 % и более) пропущено без уважительной причины и без последующей отработки.

Студенту, получившему оценку «не зачтено» предоставляется возможность ликвидировать задолженность по изучаемому курсу в дни перезачета или по индивидуальному графику, утвержденному деканом факультета.

## 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 6.1. Основная литература:

1. Егозина В.И. Формирование здорового образа жизни человека [Текст]: сб. лекций. – М.: МГОУ, 2015. – 130с.
2. Мисюк, М.Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс]: учебник и практикум для вузов. — 3-е изд. — М. : Юрайт, 2018. — 499 с. — Режим доступа: <https://biblio-online.ru/viewer/0DFFF3DF-1B11-4580-9C97-9CFDB0A409A4/osnovy-meditsinskih-znaniy-i-zdorovogo-obraza-zhizni#page/1>
3. Назарова Е.Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Текст]: учебник для вузов / Е.Н. Назарова, Ю.Д. Жилов. – 2-е изд. – М.: Академия, 2013. – 192 с.
4. Основы формирования здорового образа жизни [Текст] : учеб.-метод. пособие / Чукаева И.И.,ред. - М. : Русайнс, 2018. - 126с.

### 6.2. Дополнительная литература:

1. Айзман, Р.И. Здоровьесберегающие технологии в образовании [Электронный ресурс]: учеб. пособие для вузов / Р. И. Айзман, М. М. Мельникова, Л. В. Косованова. — 2-е изд. — М. : Юрайт, 2018. — 282 с. — Режим доступа: <https://biblio-online.ru/viewer/E4E45D47-D530-4373-9028-969E806C052F/zdorovesberegayuschie-tehnologii-v-obrazovanii#page/1>
2. Айзман, Р.И. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Р.И. Айзман, В.Б. Рубанович, М.А. Суботялов. — Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2017. — 214 с. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/65284.html>
3. Кувшинов, Ю.А. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс]: учеб. пособие для вузов. — Кемерово: Кемеровский гос. институт культуры, 2013. — 183 с. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/55248.html>
4. Назарова Е.Н. Основы здорового образа жизни [Текст]: учебник для вузов / Е.Н. Назарова, Ю.Д. Жилов. – 3-е изд. – М.: Академия, 2013. – 256 с.
5. Общественное здоровье и здравоохранение [Электронный ресурс]: в 2 ч.: учебник /под ред. И.А. Наумова. – Минск: Выш. шк., 2013. – 335 с. – Режим доступа: <http://znaniyum.com/bookread2.php?book=509079>;  
<http://znaniyum.com/bookread2.php?book=509081>
6. Основы медицинских знаний [Электронный ресурс]: (анатомия, физиология, гигиена человека и оказание первой помощи при неотложных состояниях): учеб. пособие /ред. И.В. Гайворонский. – 2 -е изд. – СПб: СпецЛит, 2013. – 316 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/47777.html>
7. Основы сестринского дела: учебник и практикум для вузов в 2-х т. / под ред. Г. И. Чувакова. — 2-е изд. — М.: Юрайт, 2018. – Режим доступа: <https://biblio-online.ru/viewer/C306FAD1-B100-4E64-AFF9-85993EBF006C/osnovy-sestrinskogo-dela-v-2-t-tom-1#page/1>  
<https://biblio-online.ru/viewer/9F8C7FD1-37FE-40E4-B82C-1941D2AC45DC/osnovy-sestrinskogo-dela-v-2-t-tom-2#page/1>
8. Прохорова, Э.М. Валеология [Текст]: учеб. пособие для вузов. – М.: Инфра-М, 2014. – 255 с.

### 6.3. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://anfiz.ru/books/item/f00/s00/z0000002/st108.shtml>
2. <http://www.bibliofond.ru/view.aspx?id=21728>
3. <http://www.booksmed.com>
4. <http://botan0.ru/?cat=1&id=148>
5. <http://dic.academic.ru>
6. <http://www.eurolab.ua/anatomy/90/>
7. <http://www.knigafund.ru/books/17208>

8. <http://www.master-multimedia.ru/testfiz.html>
9. <http://www.medbiol.ru/medbiol/mozg/00028c30.htm>
10. <http://medvuz.info/load/fiziologija>
11. <http://www.mirknigi.ru>
12. <http://www.nedug.ru/library> <http://medknigi.blogspot.com>
13. <http://www.ozon.ru>
14. <http://www.twirpx.com/file/97861/>
15. <http://ru.wikipedia.org>

## **7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ**

- 1) Методические рекомендации к освоению учебной дисциплины «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» для направления подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями), квалификации выпускника «бакалавр». Мытищи, 2019 –34 с.

## **8. ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

### **Лицензионное программное обеспечение:**

Microsoft Windows

Microsoft Office

Kaspersky Endpoint Security

### **Информационные справочные системы:**

Система ГАРАНТ

Система «КонсультантПлюс»

### **Профессиональные базы данных**

[fgosvo.ru](http://fgosvo.ru)

[pravo.gov.ru](http://pravo.gov.ru)

[www.edu.ru](http://www.edu.ru)

## **9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает в себя:

- учебные аудитории для проведения занятий лекционного и семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованные учебной мебелью, доской, демонстрационным оборудованием (если в РПД предусмотрена презентация).

- помещения для самостоятельной работы, укомплектованные учебной мебелью, персональными компьютерами с подключением к сети Интернет и обеспечением доступа к электронным библиотекам и в электронную информационно-образовательную среду МГОУ;

- помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования, укомплектованные мебелью (шкафы/стеллажи), наборами демонстрационного оборудования и учебно-наглядными пособиями;

- лаборатория оснащенная, лабораторным оборудованием: Тонометры медицинские механические; Тонометры медицинские электронные на запястье; Динамометры кистевые; Спирометры; Аудиометр; Ростомеры, Весы напольные, Электрокардиограф.