

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:
6b5279da4e034bfff679172803da5b7b559fc69e2

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
« 10 » 06 2020 г.

Начальник управления
/М.А. Миненкова/

Одобрено учебно-методическим
советом
Протокол « 10 » 06 2020 г.
№ 6
Председатель



Рабочая программа дисциплины

ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Направление подготовки
44.03.05 Педагогическое образование

Профиль:

Технологическое образование (проектное обучение) и образовательная робототехника

Квалификация
Бакалавр

Форма обучения
Очная

Согласовано учебно-методической
комиссией Биолого-химического
факультета
Протокол « 8 » июля 2020 г. № 8
Председатель УМКом
И.Ю. Ляпина/

Рекомендовано кафедрой физиологии,
экологии человека и медико-биологических
знаний
Протокол « 21 » мая 2020 г. № 12
Зав. кафедрой
ЛЮ.П. Молоканова/

Мытищи

2020

Авторы–составители:

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

Методические рекомендации разработаны в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование, утвержденного приказом МИНОБРНАУКИ РОССИИ от 22.02.2018 № 125

В методических рекомендациях изложены тематические планы и рекомендации к лекциям и практическим занятиям, а также учебно-методическое обеспечение дисциплины.

Год начала подготовки 2020

СОДЕРЖАНИЕ

СОДЕРЖАНИЕ	3
1. ВВЕДЕНИЕ	4
1.1. Цель и задачи дисциплины	4
1.2. Планируемые результаты обучения	4
1.3. Объем дисциплины	4
2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ К ЛЕКЦИЯМ	5
2.1. Тематический план лекций с кратким содержанием.....	5
3. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ К ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ	6
3.1. План практических занятий	8
3.2. Содержание практических и лабораторных занятий	9
<i>Практическое занятие №1</i>	9
<i>Практическое занятие №2</i>	11
<i>Практическое занятие №3</i>	13
<i>Практическое занятие №4</i>	14
<i>Практическое занятие №5</i>	16
<i>Практическое занятие №9</i>	23
<i>Практическое занятие №10</i>	24
<i>Практическое занятие №11</i>	26
<i>Практическое занятие №12</i>	27
<i>Практическое занятие №13</i>	29
<i>Практическое занятие №14</i>	31

1. ВВЕДЕНИЕ

1.1. Цель и задачи дисциплины

Методические рекомендации по дисциплине «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» разработаны с учетом требований ФГОС и рабочей программы дисциплины. Использование методических рекомендаций студентами обеспечит лучшее усвоение учебного материала дисциплины. Преподавателям данные методические рекомендации помогут подготавливать и проводить аудиторные (лекции, практические) занятия на высоком методическом и теоретическом уровнях, придерживаясь учебного плана.

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.

1.3. Объем дисциплины

Объем дисциплины «Основы медицинских знаний и здоровый образ жизни» складывается из следующих показателей.

Показатель объема дисциплины	Форма обучения
	очная
Объем дисциплины в зачетных единицах	2
Объем дисциплины в часах	72
Контактная работа:	30,2
Лекции ¹	10
Практические занятия	20
Контактные часы на промежуточную аттестацию:	0,2
Зачет	0,2
Самостоятельная работа	34
Контроль	7,8
Форма промежуточной аттестации	Зачёт в 1-ом семестре

¹ Реализуется в формате электронного обучения с применением дистанционных образовательных технологий.

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ К ЛЕКЦИЯМ

Лекция, как одна из форм аудиторной работы, представляет собой логическое изложение теоретического материала в соответствии с планом, который сообщается студентам в начале каждого занятия, и имеет законченную форму. План лекции содержит пункты, позволяющие охватить весь материал, который требуется довести до студентов. Содержание каждой лекции имеет определенную направленность и учитывает уровень теоретических знаний студентов.

Лекции по «Основам медицинских знаний и здорового образа жизни» проводятся с обязательным использованием наглядного материала: плакаты, таблицы, муляжи, мультимедиа сопровождение.

Конспект лекции фиксируется студентом в специальную тетрадь объемом не менее 48 листов. Тетрадь для ведения конспектов лекций должна быть подписана: дисциплина, ФИО студента, курс, профиль, форма обучения, номер группы, ФИО преподавателя, год обучения. Изучаемый материал располагается в рабочей тетради отдельными блоками, в соответствии с тематическим планом лекционных занятий. Перед каждой темой обязательно указывается дата занятия (число, месяц, год).

Пропущенные лекции студент восполняет конспектированием соответствующего раздела учебника. Ведение конспектов лекций является обязательным условием изучения дисциплины. Преподаватель проверяет результаты работы студента на лекционном занятии и визирует зачетную тему росписью в тетради.

2.1. Тематический план лекций с кратким содержанием

Наименование разделов (тем) дисциплины с кратким содержанием	Кол-во ² часов лекций
Раздел 1. Проблемы здоровья учащихся различных возрастных групп	
Тема 1. Организм как единое целое	1
Тема 2. Этапы формирования здоровья ребенка	1
Раздел 2. Основы микробиологии, иммунологии, эпидемиологии и профилактика инфекционных заболеваний	
Тема 3. Понятие о микробиологии, иммунологии и эпидемиологии	1
Тема 4. Профилактика инфекционных заболеваний	0,5
Тема 5. Венерические заболевания и их профилактика	0,5
Раздел 3. Неотложная помощь при острых состояниях	
Тема 6. Диагностика и приемы оказания первой неотложной помощи	1
Тема 7. Понятие о неотложных состояниях	1
Раздел 4. Неотложная помощь при травмах и повреждениях	
Тема 8. Понятие о травмах и повреждениях	0,5
Тема 9. Кровотечения	0,5
Тема 10. Термические травмы	0,5
Тема 11. Терминальные состояния. Реанимация	0,5
Раздел 5. Здоровый образ жизни как социальная и биологическая проблема	
Тема 12. Принципы и методы формирования здорового образа жизни	1
Тема 13. Факторы, формирующие здоровье	0,5
Тема 14. Факторы, разрушающие здоровье	0,5
Итого	10

² Реализуется в формате электронного обучения с применением дистанционных образовательных технологий

Форма промежуточной аттестации:	Зачёт в 1 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, токсикоинфекций, 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.

3. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ К ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ

Практические занятия являются неотъемлемой частью дисциплины. Выполнение студентами практических работ формирует учебно-аналитические компетенции (обобщение, углубление и систематизация теоретических знаний); умения применять профессионально-значимые знания в соответствии с профилем подготовки студента.

Практические занятия по дисциплине «Основы медицинских знаний и здоровый образ

жизни» предполагают использование медицинских приборов, расходных материалов, муляжей и другого необходимого оборудования. На практических занятиях закрепляются теоретические знания, и формируется навык использования этих знаний на практике. Студенты учатся проводить медицинские доврачебные манипуляции: подготовка грелки и пузыря со льдом, смена постельного и нательного белья тяжело больному, наложение согревающего компресса, горчичников, постановка банок, промывание желудка, проведение очистительной клизмы. Учатся инъекционному введению лекарственных препаратов (подкожно, внутримышечно). У них формируется навык исследования физиологических показателей в процессе взаимообследования: исследование пульса, артериального давления, температуры тела. Закрепляется навык остановки кровотечений, обработки различных ран, десмургии, транспортной иммобилизации. Вырабатываются алгоритмы действий при проведении реанимации. На практических занятиях обсуждаются проблемные ситуации, посвященные разделам «Острые состояния», «Острые отравления», «Травмы», «Инфекционные заболевания». Ряд занятий предполагает защиту рефератов, представление докладов по наиболее актуальным или сложным вопросам дисциплины с обязательным иллюстрированием сообщения (подготовка презентации) и последующим обсуждением сообщения. Такие занятия помогают закрепить теоретические знания, расширяют научный кругозор и углубляют знания студентов в вопросах основ медицинских знаний и здорового образа жизни.

При подготовке к практическим и лабораторным занятиям необходимо прорабатывать каждый изучаемый вопрос, исходя из теоретических положений курса. Результаты демонстрируются преподавателю либо в форме устного ответа, либо демонстрации навыка, либо в виде результатов работы по взаимо- и само-обследованию, либо результатов контрольной работы. Все письменные работы оформляются в рабочей тетради для практических занятий. Преподаватель проверяет качество выполнения письменных практических и контрольных работ, визируя зачетную тему росписью.

В качестве тетради для практических работ следует использовать общую тетрадь объемом не менее 24 листов. Тетрадь для практических работ должна быть подписана: дисциплина, ФИО студента, курс, профиль подготовки, форма обучения, номер группы, ФИО преподавателя, год обучения. Изучаемый материал располагается в рабочей тетради отдельными блоками, в соответствии с тематическим планом занятий.

На практических занятиях могут пользоваться раздаточными методическими пособиями, методическими рекомендациями к занятиям, конспектами лекций, основной и дополнительной литературой, кроме занятий, направленных на оценку закрепления знаний студентом. При выполнении самостоятельной работы студентам предоставляются медицинские приборы, оборудование и материалы, соответствующие теме занятия, а также методические пособия и рекомендации к проведению самостоятельной работы.

Отработка студентами пропущенных практических занятий проводится по расписанию в специально установленные преподавателем часы. Преподаватель проводит беседу со студентами по теоретическому материалу занятия. По завершению работы студент представляет тетрадь с выполненными заданиями, которая проверяется и подписывается преподавателем.

К сдаче зачета допускаются студенты, полностью выполнившие учебный план, получившие положительные оценки за контрольные работы, коллоквиумы и отработанные в полном объеме практические занятия.

3. 1. План практических занятий

Наименование разделов (тем) дисциплины с кратким содержанием	Кол-во часов
	Практические занятия
Раздел 1. Проблемы здоровья учащихся различных возрастных групп	

Тема 1. Организм как единое целое	1
Тема 2. Этапы формирования здоровья ребенка	1
Раздел 2. Основы микробиологии, иммунологии, эпидемиологии и профилактика инфекционных заболеваний	
Тема 3. Понятие о микробиологии, иммунологии и эпидемиологии	2
Тема 4. Профилактика инфекционных заболеваний	1
Тема 5. Венерические заболевания и их профилактика	1
Раздел 3. Неотложная помощь при острых состояниях	
Тема 6. Диагностика и приемы оказания первой неотложной помощи	2
Тема 7. Понятие о неотложных состояниях	2
Раздел 4. Неотложная помощь при травмах и повреждениях	
Тема 8. Понятие о травмах и повреждениях	2
Тема 9. Кровотечения	2
Тема 10. Термические травмы	2
Тема 11. Терминальные состояния. Реанимация	1
Раздел 5. Здоровый образ жизни как социальная и биологическая проблема	
Тема 12. Принципы и методы формирования здорового образа жизни	2
Тема 13. Факторы, формирующие здоровье	1
Тема 14. Факторы, разрушающие здоровье	1
Итого	20
Форма промежуточной аттестации:	Зачёт в 1 семестре

3.2. Содержание практических занятий

Практическое занятие №1

Тема 1. Организм как единое целое

Цель занятия.

1. Сформировать представление о функциональных системах регуляции процессов жизнедеятельности.
2. Обсудить понятия «болезнь», «адаптация». Рассмотреть причины болезни, структуру соматической и инфекционной заболеваемости взрослого и детского населения.
3. Закрепить представление о группах здоровья и группах инвалидности.
4. Обсудить возрастную периодизацию.
5. Определить факторы, определяющие здоровье учащихся и основные признаки нарушения здоровья ребенка.

План занятия.

1. Вместе с преподавателем разобрать наиболее сложные вопросы темы.
2. Ответить на вопросы преподавателя по теме занятия.
3. Ответить на вопросы тест-карт.

Основная литература.

1. 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.
2. Мисюк М.Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Текст]: учеб. пособие для вузов. – 2-е изд. – М. : Юрайт, 2013. – 431 с.
3. Общественное здоровье и здравоохранение [Электронный ресурс]: в 2 ч.: учебник /под ред. И.А. Наумова. – Минск: Выш. шк., 2013. – 335 с. – Режим доступа:

<http://znanium.com/bookread2.php?book=509079>

;

<http://znanium.com/bookread2.php?book=509081>

4. Лекции.

Дополнительная литература.

1. Егозина В.И. Формирование здорового образа жизни человека [Текст]: сб. лекций. – М.: МГОУ, 2015. – 130с.
2. 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. – 303 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=104904>
3. Щанкин А.А. Курс лекций по основам медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс]: учеб. пособие. – М.: Директ-Медиа, 2015. – 97 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362685>
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.medbiol.ru/medbiol/mozg/00028c30.htm>
9. <http://medvuz.info/load/fiziologija>
10. <http://www.nedug.ru/library> <http://medknigi.blogspot.com>
11. <http://www.twirpx.com/file/97861/>
12. <http://ru.wikipedia.org>

Методические указания.

При подготовке к занятию по данной теме необходимо повторить лекционный материал. Ознакомиться с соответствующим разделом учебника. Подготовить конспект по открытым вопросам. Составить доклад по одному из вопросов темы.

Структура темы занятия.

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

Задание.

1. Составьте схему функциональной системы регуляции, на конкретном примере объясните принцип её работы.
2. Дайте объяснения понятиям: «здоровье», «болезнь», «инвалидность», «группы здоровья», «группы инвалидности», «этапы болезни».
3. Поясните структуру заболеваемости взрослого и детского населения. Структуру функциональных нарушений детского возраста.
4. поясните критерии оценки здоровья. Критерии определения группы инвалидности.
5. Определите факторы, определяющие здоровье учащихся и основные признаки нарушения здоровья ребенка.
6. Заполните таблицу 1.

Таблица 1. Медико-биологическая классификация возрастных периодов детства.

Возрастной период	Критерии	Основные морфо-функциональные изменения
I. Внутритробный		
1. Эмбриональный		
2. Плацентарный		
II. Внеутробный		
1. Новорожденный		

2. Грудной		
3. Раннее детство		
4. Первое детство		
5. Второе детство		
6. Подростковый период		
7. Юношеский		

Вопросы для самоконтроля знаний по теме занятий.

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.

Практическое занятие №2

Тема 2. Этапы формирования здоровья ребенка

Цель занятия.

1. Определить роль семьи; наследственности и социальной среды в формировании здорового образа жизни ребенка.
2. Определить роль учителя в профилактике заболеваний учащихся.
3. Закрепить представление о физическом развитии и физиологических показателях здоровья.
4. Закрепить знания о группах здоровья, календарном и биологическом возрасте, акселерации и ретардации.

План занятия.

1. Вместе с преподавателем разобрать наиболее сложные вопросы темы.
2. Ответить на вопросы преподавателя по теме занятия.
3. Ответить на вопросы тест-карт.

Основная литература.

1. Егозина В.И. Формирование здорового образа жизни человека [Текст]: сб. лекций. – М.: МГОУ, 2015. – 130с.
2. 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.
3. Прохорова Э.М. Валеология [Текст]: учеб. пособие для вузов. – М.: Инфра-М, 2014. – 255 с.
4. Лекции.

Дополнительная литература.

1. 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.
2. Мисюк М.Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Текст]: учеб. пособие для вузов. – 2-е изд. – М. : Юрайт, 2013. – 431 с.

3. 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. – 303 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=104904>.
4. Щанкин А.А. Курс лекций по основам медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс]: учеб. пособие. – М.: Директ-Медиа, 2015. – 97 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362685>
5. <http://botan0.ru/?cat=1&id=148>
6. <http://dic.academic.ru>
7. <http://www.eurolab.ua/anatomy/90/>
8. <http://www.knigafund.ru/books/17208>
9. <http://www.medbiol.ru/medbiol/mozg/00028c30.htm>
10. <http://medvuz.info/load/fiziologija>
11. <http://www.nedug.ru/library> <http://medknigi.blogspot.com>
12. <http://www.twirpx.com/file/97861/>
13. <http://ru.wikipedia.org>

Методические указания.

При подготовке к занятию по данной теме необходимо повторить лекционный материал. Ознакомиться с соответствующим разделом учебника. Подготовить конспект по открытым вопросам. Составить доклад по одному из вопросов темы.

Структура темы занятия.

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

Задание.

1. Подготовить доклад с презентацией по одной из тем:
 - Роль наследственности в формировании здоровья ребенка.
 - Роль социальной среды в формировании здоровья ребенка.
 - Роль семьи в формировании здорового образа жизни ребенка.
 - Роль учителя в формировании здоровья и здорового образа жизни обучающихся
 - Физическое развитие и физиологические показатели здоровья.
2. Обсудить понятие «здоровье», «группы здоровья».
3. Обсудить критерии оценки здоровья.
4. Обсудить понятие календарного и биологического возраста, акселерации и ретардации.

Вопросы для самоконтроля знаний по теме занятий.

1. Понятие – здоровье.
2. Группы здоровья
3. Критерии оценки здоровья.
4. Календарный и биологический возраст.
5. Акселерация и ретардация.
6. Роль наследственности в формировании здоровья ребенка.
7. Роль социальной среды в формировании здоровья ребенка.
8. Роль семьи в формировании здорового образа жизни ребенка.
9. Роль учителя в формировании здоровья и здорового образа жизни обучающихся
10. Физическое развитие и физиологические показатели здоровья

Практическое занятие №3

Тема 3. Понятие о микробиологии, иммунологии и эпидемиологии

Цель занятия.

1. Закрепить представление об инфекционном заболевании, этапах и звеньях инфекционного процесса периодах и фазах его течения.
2. Сформировать представление о мерах профилактики инфекционных заболеваний.
3. Обсудить понятия иммунитет, вакцины, сыворотки.
4. Структурировать представления о профилактике распространения инфекционного заболевания путем дезинфекции, дезинсекции, дератизации.

План занятия.

1. Вместе с преподавателем разобрать наиболее сложные вопросы темы.
2. Ответить на вопросы преподавателя по теме занятия.
3. Ответить на вопросы тест-карт.

Основная литература.

1. 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.
2. Мисюк М.Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Текст]: учеб. пособие для вузов. – 2-е изд. – М. : Юрайт, 2013. – 431 с.
3. Щанкин А.А. Курс лекций по основам медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс]: учеб. пособие. – М.: Директ-Медиа, 2015. – 97 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362685>
4. Лекции.

Дополнительная литература.

1. Общественное здоровье и здравоохранение [Электронный ресурс]: в 2 ч.: учебник /под ред. И.А. Наумова. – Минск: Выш. шк., 2013. – 335 с. – Режим доступа: <http://znanium.com/bookread2.php?book=509079> ;
<http://znanium.com/bookread2.php?book=509081>
2. 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. – 303 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=104904>
3. <http://botan0.ru/?cat=1&id=148>
4. <http://dic.academic.ru>
5. <http://www.eurolab.ua/anatomy/90/>
6. <http://www.knigafund.ru/books/17208>
7. <http://www.medbiol.ru/medbiol/mozg/00028c30.htm>
8. <http://medvuz.info/load/fiziologija>
9. <http://www.nedug.ru/library> <http://medknigi.blogspot.com>
10. <http://www.twirpx.com/file/97861/>
11. <http://ru.wikipedia.org>

Методические указания.

При подготовке к занятию по данной теме необходимо повторить лекционный материал. Ознакомиться с соответствующим разделом учебника. Подготовить конспект по открытым вопросам. Составить доклад по одному из вопросов темы.

Структура темы занятия.

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.

Задание.

1. Подготовить доклад с презентацией по одной из тем:
 - Изоляция инфекционного больного.
 - Дезинфекция в профилактике эпидемического процесса.
 - Дезинсекция в профилактике эпидемического процесса.
 - Дератизация в профилактике эпидемического процесса.
 - Иммунизация населения для профилактики эпидемического процесса.
2. Обсудить основные понятия темы.
3. Составить схему «Звенья эпидемического процесса».
4. Ответить на вопросы тестового контроля.

Вопросы для самоконтроля знаний по теме занятий.

1. Дайте определения понятию «инфекционное заболевание».
2. Назовите этапы инфекционного процесса.
3. Назовите звенья эпидемического процесса, периоды и фазы его течения.
4. дайте определение понятиям «спорадическая заболеваемость», «эпидемия», «пандемия».
5. Перечислите меры профилактики инфекционных заболеваний.
6. Дайте определение понятию «иммунитет».
7. В чем смысл изоляции инфекционного больного?
8. Правила изоляции инфекционных больных.
9. Какие виды иммунитета выделяют?
10. Что такое вакцины и сыворотки?
11. В каких случаях вводятся вакцины, в каких – сыворотки?
12. Что такое дезинфекция?
13. Какие виды и механизмы дезинфекции существуют?
14. Что такое дезинсекция?
15. Какие виды и механизмы дезинсекции существуют?
16. Что такое дератизация?
17. Какие виды и механизмы дератизации существуют?

Практическое занятие №4

Тема 4. Профилактика инфекционных заболеваний

Цель занятия.

1. Закрепить представления об источниках инфекционных заболеваний, факторах и механизмах передачи.
2. Запомнить основные признаки социально значимых кишечных инфекций, токсикоинфекций, паразитарных, грибковых заболеваний, дыхательных и детских инфекций.
3. Выработать представление о противоэпидемических мероприятиях и профилактике инфицирования.

План занятия.

1. Вместе с преподавателем разобрать наиболее сложные вопросы темы.
2. Ответить на вопросы преподавателя по теме занятия.

3. Ответить на вопросы тест-карт.

Основная литература.

1. 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.
2. Мисюк М.Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Текст]: учеб. пособие для вузов. – 2-е изд. – М. : Юрайт, 2013. – 431 с.
3. Щанкин А.А. Курс лекций по основам медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс]: учеб. пособие. – М.: Директ-Медиа, 2015. – 97 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362685>
4. Лекции.

Дополнительная литература.

1. Общественное здоровье и здравоохранение [Электронный ресурс]: в 2 ч.: учебник /под ред. И.А. Наумова. – Минск: Выш. шк., 2013. – 335 с. – Режим доступа: <http://znanium.com/bookread2.php?book=509079> ;
<http://znanium.com/bookread2.php?book=509081>
2. 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. – 303 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=104904>
3. <http://botan0.ru/?cat=1&id=148>
4. <http://dic.academic.ru>
5. <http://www.eurolab.ua/anatomy/90/>
6. <http://www.knigafund.ru/books/17208>
7. <http://www.medbiol.ru/medbiol/mozg/00028c30.htm>
8. <http://medvuz.info/load/fiziologija>
9. <http://www.nedug.ru/library> <http://medknigi.blogspot.com>
10. <http://www.twirpx.com/file/97861/>
11. <http://ru.wikipedia.org>

Методические указания.

При подготовке к занятию по данной теме необходимо повторить лекционный материал. Ознакомиться с соответствующим разделом учебника. Подготовить конспект по открытым вопросам. Составить доклад по одному из вопросов темы.

Структура темы занятия.

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

Задание.

1. Подготовить конспект «Основные социально значимые инфекционные и паразитарные заболевания» по следующему плану:
 - 1.1. Инфекционные заболевания дыхательных путей: ветряная оспа, корь, скарлатина, дифтерия, коклюш, эпидемический паротит, туберкулёз лёгких, грипп, ОРЗ, ОРВИ.
 - 1.2. Инфекционные заболевания пищеварительной системы: вирусный гепатит А, дизентерия, холера, пищевые токсикоинфекции.

1.3. Паразитарные болезни: гельминтозы, протозойные болезни, инвазии членистоногих.

1.4. Грибковые инфекции (микозы).

Конспект составить по следующему плану:

- Возбудители,
 - Пути передачи,
 - Источник заражения,
 - Клинические проявления
 - Инкубационный период,
 - Продромальный период,
 - Разгар,
 - Исход,
 - Доврачебная помощь,
 - Профилактика.
2. Составить и представить на обсуждение доклад с презентацией по одному из заболеваний.
 3. Принять участие в проблемной дискуссии.
 4. Ответить на вопросы тестового контроля.

Вопросы для самоконтроля знаний по теме занятий.

1. Дайте характеристику этапам инфекционного заболевания.
2. Расскажите о ветряной оспе.
3. Расскажите о кори.
4. Расскажите о скарлатине.
5. Расскажите о дифтерии.
6. Расскажите о коклюше.
7. Расскажите о эпидемическом паротите.
8. Расскажите о туберкулёзе лёгких.
9. Расскажите о гриппе.
10. Расскажите об ОРЗ, ОРВИ.
11. Расскажите о вирусном гепатите А.
12. Расскажите о дизентерии.
13. Расскажите о холере.
14. Расскажите о пищевых токсикоинфекциях.
15. Расскажите о гельминтозах.
16. Расскажите о протозойных болезнях.
17. Расскажите об инвазиях членистоногих.
18. Расскажите о микозах.
19. Особенности оказания медицинской помощи инфекционным больным.
20. Противозидемические мероприятия.

Практическое занятие №5

Тема 5. Венерические заболевания и их профилактика

Цель занятия.

1. Сформировать представление о заболеваниях, передающиеся половым (венерические заболевания) и трансмиссивным путями.
2. Закрепить знания об основных принципах и методах профилактики заболеваний, передающихся половым и трансмиссивным путем.

План занятия.

1. Вместе с преподавателем разобрать наиболее сложные вопросы темы.
2. Ответить на вопросы преподавателя по теме занятия.
3. Ответить на вопросы тест-карт.

Основная литература.

1. 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.
2. Мисюк М.Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Текст]: учеб. пособие для вузов. – 2-е изд. – М. : Юрайт, 2013. – 431 с.
3. Щанкин А.А. Курс лекций по основам медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс]: учеб. пособие. – М.: Директ-Медиа, 2015. – 97 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362685>
4. Лекции.

Дополнительная литература.

1. Общественное здоровье и здравоохранение [Электронный ресурс]: в 2 ч.: учебник /под ред. И.А. Наумова. – Минск: Выш. шк., 2013. – 335 с. – Режим доступа: <http://znanium.com/bookread2.php?book=509079> ;
<http://znanium.com/bookread2.php?book=509081>
2. 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. – 303 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=104904>
3. Прохорова Э.М. Валеология [Текст]: учеб. пособие для вузов. – М.: Инфра-М, 2014. – 255 с.
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.medbiol.ru/medbiol/mozg/00028c30.htm>
9. <http://medvuz.info/load/fiziologija>
10. <http://www.nedug.ru/library> <http://medknigi.blogspot.com>
11. <http://www.twirpx.com/file/97861/>
12. <http://ru.wikipedia.org>

Методические указания.

При подготовке к занятию по данной теме необходимо повторить лекционный материал. Ознакомиться с соответствующим разделом учебника. Подготовить конспект по открытым вопросам. Составить доклад по одному из вопросов темы.

Структура темы занятия.

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.

Задание.

1. Подготовить конспект «Основные социально значимые инфекционные и паразитарные заболевания» по следующему плану:
 - 1.1 Инфекционные заболевания, передающиеся половым путем: сифилис, гонорея, хламидиоз.

1.2 Трансмиссивные инфекционные заболевания: ВИЧ, СПИД, гепатиты В, С.
Конспект составить по следующему плану:

- Возбудители,
 - Пути передачи,
 - Источник заражения,
 - Клинические проявления
 - Инкубационный период,
 - Продромальный период,
 - Разгар,
 - Исход,
 - Доврачебная помощь,
 - Профилактика.
2. Составить и представить на обсуждение доклад с презентацией по одному из заболеваний.
 3. Принять участие в проблемной дискуссии.
 4. Ответить на вопросы тестового контроля.

Вопросы для самоконтроля знаний по теме занятий.

1. Дайте характеристику этапам инфекционного заболевания.
2. Расскажите о сифилисе.
3. Расскажите о гонорее.
4. Расскажите о хламидиозе.
5. Расскажите о ВИЧ-инфекции.
6. Расскажите о СПИДе.
7. Расскажите о вирусном гепатите В.
8. Расскажите о вирусном гепатите С.
9. Особенности оказания медицинской помощи больным инфекционными заболеваниями, передающимися половым путем.
10. Особенности оказания медицинской помощи больным инфекционными заболеваниями, передающимися половым и трансмиссивным путем.

Практическое занятие №6

Тема 6. Неотложная помощь при острых состояниях Диагностика и приемы оказания первой медицинской помощи

Цель занятия.

1. Сформировать представление об основных биологических константах: артериальное давление, пульс, частота дыхания, температура.
2. Закрепить навык исследования этих показателей.
3. Выработать навык подготовки и проведения подкожных и внутримышечных инъекций.
4. Сформировать навык подготовки и проведения сестринских манипуляций: горчичники, медицинские банки, грелка, пузырь со льдом, согревающий компресс, очистительная клизма и промывание желудка в домашних условиях, смена нательного и постельного белья тяжело больному.

План занятия.

1. Вместе с преподавателем разобрать наиболее сложные вопросы темы.
2. Закрепить практические навыки.
3. Ответить на вопросы тест-карт.

Основная литература.

1. 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.
2. Мисюк М.Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Текст]: учеб. пособие для вузов. – 2-е изд. – М. : Юрайт, 2013. – 431 с.
3. Щанкин А.А. Курс лекций по основам медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс]: учеб. пособие. – М.: Директ-Медиа, 2015. – 97 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362685>
4. Лекции.

Дополнительная литература.

1. 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. – 303 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=104904>
2. <http://botan0.ru/?cat=1&id=148>
3. <http://dic.academic.ru>
4. <http://www.eurolab.ua/anatomy/90/>
5. <http://www.knigafund.ru/books/17208>
6. <http://www.medbiol.ru/medbiol/mozg/00028c30.htm>
7. <http://medvuz.info/load/fiziologija>
8. <http://www.nedug.ru/library> <http://medknigi.blogspot.com>
9. <http://www.twirpx.com/file/97861/>
10. <http://ru.wikipedia.org>

Методические указания.

При подготовке к занятию по данной теме необходимо повторить лекционный материал. Ознакомиться с соответствующим разделом учебника. Подготовить конспект с алгоритмами проведения манипуляций. Подготовит расходные материалы по заданию преподавателя (бинты нестерильные разной ширины, шприцы одноразовые для проведения подкожной и внутримышечной инъекции, вода для инъекций в ампулах, вата).

Структура темы занятия.

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. Смена нательного и постельного белья тяжело больному.

Задание.

1. Отработать навык подготовки и проведения следующих манипуляций: горчичники, медицинские банки, грелка, пузырь со льдом, согревающий компресс, очистительная клизма и промывание желудка в домашних условиях в домашних условиях, подкожная и внутримышечная инъекция, смена нательного и постельного белья тяжело больному.
2. Отработать навык проведения исследований основных биологических констант: температура тела, пульс, артериальное давление.
3. Выполнить самостоятельную работу по исследованию биологических констант

организма.

Вопросы для самоконтроля знаний по теме занятий.

1. Расскажите о температуре тела и правилах ее измерения.
2. Расскажите о пульсе.
3. Расскажите об артериальном давлении.
4. Алгоритм действий при термометрии.
5. Алгоритм действий при исследовании пульса.
6. Алгоритм действий при исследовании артериального давления.
7. Алгоритм подготовки и проведения следующих манипуляций: горчичники, медицинские банки, грелка, пузырь со льдом, согревающий компресс, очистительная клизма и промывание желудка в домашних условиях, смена нательного и постельного белья тяжело больному, подкожная и внутримышечная инъекция.
8. Пути введения лекарственных веществ.
9. преимущества инъекционного введения лекарственных веществ.

Практическое занятие №7

Тема 7. Понятие о неотложных состояниях

Цель занятия.

1. Сформировать представление о неотложных (острых) состояниях и алгоритмах действия при них.
2. Закрепит знания о симптомах различных острых состояниях и причинах их развития.
3. Выработать навык оказания доврачебной помощи при разных острых состояниях: приступ бронхиальной астмы, диабетической и гипогликемической коме, приступе стенокардии, гипертоническом кризе, обмороке, коллапсе, коликах, приступе эпилепсии, истерическом припадке, при тепловом и солнечном ударах, укачивании.

План занятия.

1. Вместе с преподавателем разобрать наиболее сложные вопросы темы.
2. Закрепить практические навыки.
3. Ответить на вопросы тест-карт.

Основная литература.

1. 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.
2. Мисюк М.Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Текст]: учеб. пособие для вузов. – 2-е изд. – М. : Юрайт, 2013. – 431 с.
3. Щанкин А.А. Курс лекций по основам медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс]: учеб. пособие. – М.: Директ-Медиа, 2015. – 97 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362685>
4. Лекции.

Дополнительная литература.

1. 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. – 303 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=104904>
2. <http://botan0.ru/?cat=1&id=148>
3. <http://dic.academic.ru>
4. <http://www.eurolab.ua/anatomy/90/>

5. <http://www.knigafund.ru/books/17208>
6. <http://www.medbiol.ru/medbiol/mozg/00028c30.htm>
7. <http://medvuz.info/load/fiziologija>
8. <http://www.nedug.ru/library> <http://medknigi.blogspot.com>
9. <http://www.twirpx.com/file/97861/>
10. <http://ru.wikipedia.org>

Методические указания.

При подготовке к занятию по данной теме необходимо повторить лекционный материал. Ознакомиться с соответствующим разделом учебника. Подготовить конспект с симптомами острых состояний и алгоритмами доврачебной помощи при них.

Структура темы занятия.

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.

Задание.

1. Подготовить конспект «Острые состояния и доврачебная помощь при них» по следующему плану:
 - Определение,
 - Причины,
 - Симптомы,
 - Доврачебная помощь,
 - Профилактика.
2. Принять участие в проблемной дискуссии «Острые состояния и доврачебная помощь при них».
3. Ответить на вопросы тестового контроля и проблемных тематических задач.

Вопросы для самоконтроля знаний по теме занятий.

1. Дайте определение понятию «острое состояние»
2. Расскажите о приступе бронхиальной астмы, диабетической и гипогликемической коме, приступе стенокардии, гипертоническом кризе, обмороке, коллапсе, коликах, приступе эпилепсии, истерическом припадке, тепловом и солнечном ударах, укачивании.
3. При каких из этих состояний следует использовать тепловые процедуры?
4. Какие из этих состояний требуют срочной госпитализации без каких либо доврачебных действий?
5. При каких острых состояниях необходимо использовать лекарственные препараты в качестве доврачебной помощи?
- 6.

Практическое занятие №8

Тема 8. Неотложная помощь при травмах и повреждениях. Понятие о травмах и повреждениях

Цель занятия.

1. Сформировать представление о закрытых и открытых повреждениях.
2. Выработать навык доврачебной помощи при разных видах травм.
3. Закрепить навык десмургии, транспортной иммобилизации.

План занятия.

1. Обсудить с преподавателем основные вопросы темы.
2. Закрепит практические навыки.
3. Дать вопросы на ответы тест-карт.

Основная литература.

1. 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.
2. Мисюк М.Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Текст]: учеб. пособие для вузов. – 2-е изд. – М. : Юрайт, 2013. – 431 с.
3. Щанкин А.А. Курс лекций по основам медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс]: учеб. пособие. – М.: Директ-Медиа, 2015. – 97 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362685>
4. Лекции.

Дополнительная литература.

1. 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. – 303 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=104904>
2. <http://botan0.ru/?cat=1&id=148>
3. <http://dic.academic.ru>
4. <http://www.eurolab.ua/anatomy/90/>
5. <http://www.knigafund.ru/books/17208>
6. <http://www.medbiol.ru/medbiol/mozg/00028c30.htm>
7. <http://medvuz.info/load/fiziologija>
8. <http://www.nedug.ru/library> <http://medknigi.blogspot.com>
9. <http://www.twirpx.com/file/97861/>
10. <http://ru.wikipedia.org>

Методические указания.

При подготовке к занятию по данной теме необходимо повторить лекционный материал. Ознакомиться с соответствующим разделом учебника. Подготовить расходные материалы (бинты различной ширины для десмургии). Составить план-конспект с алгоритмами действий.

Структура темы занятия.

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.

Задание.

1. Составить план-конспект с характеристиками различных травм и алгоритмами доврачебной помощи при них по плану:
 - 1.1. Характеристика травмы.
 - 1.2. Причины.
 - 1.3. Доврачебная помощь.
 - 1.4. Профилактика.
2. Закрепит навык десмургии.

3. Закрепить навык транспортной иммобилизации при разных травмах (вывих, переломы).

Вопросы для самоконтроля знаний по теме занятий.

1. В чем различия между закрытыми и открытыми травмами.
2. Алгоритм доврачебной помощи при ушибах.
3. Алгоритм доврачебной помощи при растяжениях связок и мышц.
4. Алгоритм доврачебной помощи при разрывах связок и мышц.
5. Алгоритм доврачебной помощи при вывихах.
6. Алгоритм доврачебной помощи при переломах (закрытых и открытых).
7. Понятия асептики и антисептики.
8. Методы асептики и антисептики.
9. Правила десмургии.
10. Правила транспортной иммобилизации.
11. Характеристика детского травматизма.
12. Особенности медицинской помощи при травмах.

Практическое занятие №9

Тема 9. Кровотечения

Цель занятия.

1. Расширить представление об открытых травмах и типах кровотечений.
2. Выработать навык временной остановки кровотечений разными способами.
3. Закрепить представления о методах асептики и антисептики.
4. Обсудить понятие травматического шока и противошоковые мероприятия.

План занятия.

1. Обсудить с преподавателем основные вопросы темы.
2. Закрепить практические навыки.
3. Дать вопросы на ответы тест-карт.

Основная литература.

1. 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.
2. Мисюк М.Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Текст]: учеб. пособие для вузов. – 2-е изд. – М. : Юрайт, 2013. – 431 с.
3. Щанкин А.А. Курс лекций по основам медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс]: учеб. пособие. – М.: Директ-Медиа, 2015. – 97 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362685>
4. Лекции.

Дополнительная литература.

1. 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. – 303 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=104904>
2. <http://botan0.ru/?cat=1&id=148>
3. <http://dic.academic.ru>
4. <http://www.eurolab.ua/anatomy/90/>
5. <http://www.knigafund.ru/books/17208>
6. <http://www.medbiol.ru/medbiol/mozg/00028c30.htm>
7. <http://medvuz.info/load/fiziologija>

8. <http://www.nedug.ru/library> <http://medknigi.blogspot.com>
9. <http://www.twirpx.com/file/97861/>
10. <http://ru.wikipedia.org>

Методические указания.

При подготовке к занятию по данной теме необходимо повторить лекционный материал. Ознакомиться с соответствующим разделом учебника. Подготовить расходные материалы для отработки практических навыков (асептики, антисептики, остановки кровотечений: бинты различной ширины, вата, вода для инъекций).

Структура темы занятия.

Виды, характеристика, способы остановки кровотечений. Техника использования жгута. Раны: виды, меры неотложной помощи. Понятие травматического шока: причины, противошоковые мероприятия. Понятие об асептике и антисептике. Составить план-конспект с алгоритмами действий.

Задание.

1. Составить план-конспект с характеристиками разных типов кровотечений алгоритмами доврачебной помощи при них по плану:
 - 1.1. Характеристика кровотечения.
 - 1.2. Алгоритм доврачебной помощи.
2. Отработать алгоритм действий по остановке кровотечения разными способами:
 - а) Тугая тампонада раны;
 - б) Пальцевое прижатие магистрального сосуда;
 - в) Форсированное сгибание конечности в суставе;
 - г) Наложение кровоостанавливающего жгута.
3. Отработать действия по обеззараживанию раны.
4. Закрепит навык десмургии.
5. Закрепить навык транспортной иммобилизации.

Вопросы для самоконтроля знаний по теме занятий.

1. Охарактеризуйте понятие «кровотечение».
2. Типы кровотечений и их характеристика.
3. Правила наложения кровоостанавливающего жгута.
4. Правила тугой тампонады раны.
5. Правила пальцевого прижатия магистрального сосуда при временной остановке кровотечений.
6. Правила форсированного сгибания конечности в суставе при временной остановке кровотечения.
7. Понятия асептика и антисептика.
8. Методы асептики и антисептики.
9. Правила десмургии.
10. Правила транспортной иммобилизации.

Практическое занятие №10

Тема 10. Термические травмы

Цель занятия.

1. Сформировать представление о термических травмах.
2. Выработать навык доврачебной помощи пострадавшему с термическими травмами.
3. Закрепить представление о профилактике термических травм.

План занятия.

1. Вместе с преподавателем разобрать наиболее сложные вопросы изучаемой темы.
2. Выработать практические навыки.
3. Дать ответы на вопросы тест - карты.

Основная литература.

1. 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.
2. Мисюк М.Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Текст]: учеб. пособие для вузов. – 2-е изд. – М. : Юрайт, 2013. – 431 с.
3. Щанкин А.А. Курс лекций по основам медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс]: учеб. пособие. – М.: Директ-Медиа, 2015. – 97 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362685>
4. Лекции.

Дополнительная литература.

1. 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. – 303 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=104904>
2. <http://botan0.ru/?cat=1&id=148>
3. <http://dic.academic.ru>
4. <http://www.eurolab.ua/anatomy/90/>
5. <http://www.knigafund.ru/books/17208>
6. <http://www.medbiol.ru/medbiol/mozg/00028c30.htm>
7. <http://medvuz.info/load/fiziologija>
8. <http://www.nedug.ru/library> <http://medknigi.blogspot.com>
9. <http://www.twirpx.com/file/97861/>
10. <http://ru.wikipedia.org>

Методические указания.

При подготовке к занятию по данной теме необходимо повторить лекционный материал. Ознакомиться с соответствующим разделом учебника. Подготовить расходные материалы для отработки практических навыков (бинты различной ширины, вата, вода для инъекций).

Структура темы занятия.

Ожоги и отморожения: виды, степени. Меры профилактики и первая помощь при ожогах и отморожениях. Общее замерзание: причины, симптомы, помощь пострадавшему. Составить план-конспект с алгоритмами действий

Задание.

1. Составить план-конспект с характеристиками разных типов термических травм (ожоги (термические, химические), отморожения, общее замерзание) алгоритмами доврачебной помощи при них по плану:
 - 1.1. Характеристика.
 - 1.2. Причины
 - 1.3. Алгоритм доврачебной помощи.
 - 1.4. Профилактика
2. Отработать алгоритм доврачебной помощи при термических и химических ожогах разной степени, при отморожениях и общем замерзании.

6. Закрепить навык по обеззараживанию термических ран.
7. Закрепить навык десмургии.
8. Закрепить навык транспортной иммобилизации.

Вопросы для самоконтроля знаний по теме занятий.

1. Что такое термическая травма?
2. Что такое ожог?
3. Степени ожога и их характеристика.
4. Алгоритм действий при термических ожогах 1, 2 степеней.
5. Алгоритм действий при термических ожогах 3, 4 степеней.
6. Алгоритм действий при химических ожогах (кислотами, щелочами).
7. Понятие об отморожении.
8. Степени отморожения и их характеристика.
9. Алгоритм доврачебной помощи при отморожениях разной степени.
10. Причины и механизм общего замерзания.
11. Алгоритм доврачебной помощи при общем замерзании.
12. Профилактика термических травм (ожог, отморожение, общее замерзание).

Практическое занятие №11

Тема 11. Терминальные состояния. Реанимация

Цель занятия.

1. Сформировать представление о клинической и биологической смерти.
2. Выработать навык проведения комплекса сердечно-легочной реанимации (искусственная вентиляция легких и непрямой массаж сердца).
3. Закрепить знания алгоритмов доврачебной помощи при утоплении, электротравме, повешении, удушении.

План занятия.

1. Вместе с преподавателем разобрать наиболее сложные вопросы изучаемой темы.
2. Закрепить практические навыки.
3. Дать ответы на вопросы тест - карты.

Основная литература.

1. 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.
2. Мисюк М.Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Текст]: учеб. пособие для вузов. – 2-е изд. – М. : Юрайт, 2013. – 431 с.
3. Щанкин А.А. Курс лекций по основам медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс]: учеб. пособие. – М.: Директ-Медиа, 2015. – 97 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362685>
4. Лекции.

Дополнительная литература.

1. 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. – 303 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=104904>
2. <http://botan0.ru/?cat=1&id=148>
3. <http://dic.academic.ru>
4. <http://www.eurolab.ua/anatomy/90/>

5. <http://www.knigafund.ru/books/17208>
6. <http://www.medbiol.ru/medbiol/mozg/00028c30.htm>
7. <http://medvuz.info/load/fiziologija>
8. <http://www.nedug.ru/library> <http://medknigi.blogspot.com>
9. <http://www.twirpx.com/file/97861/>
10. <http://ru.wikipedia.org>

Методические указания.

При подготовке к занятию по данной теме необходимо повторить лекционный материал. Ознакомиться с соответствующим разделом учебника. Подготовить расходные материалы для отработки практических навыков (бинт или марля, раствор медицинский дезинфицирующий). Составить план-конспект с алгоритмами действий.

Структура темы занятия.

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.

Задание.

1. Составить план-конспект с алгоритмами сердечно-легочной реанимации при разных условиях по следующему плану:
 - 1.1. Подготовка к проведению реанимации.
 - 1.2. Правила искусственной вентиляции легких.
 - 1.3. Правила непрямого массажа сердца.
 - 1.4. Правила сочетания искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца при участии одного или двух реаниматоров.
 - 1.5. Показатели эффективности и неэффективности реанимации.
2. Отработать алгоритмы реанимации:
 - а) Искусственная вентиляция легких (при наличии пульса у пострадавшего);
 - б) Сердечно-легочная реанимация одним реаниматором;
 - в) Сердечно-легочная реанимация двумя реаниматорами;
9. Ответить на вопросы тестового контроля.

Вопросы для самоконтроля знаний по теме занятий.

1. Симптомы клинической и биологической смерти.
2. Показания к реанимации.
3. Алгоритм подготовки к реанимации.
4. Алгоритм искусственной вентиляции легких.
5. Алгоритм непрямого массажа сердца.
6. Алгоритм сердечно-легочной реанимации одним реаниматологом.
7. Алгоритм сердечно-легочной реанимации двумя реаниматологами.
8. Критерии эффективности и неэффективности реанимации.
9. Доврачебная помощь при утоплении.
10. Доврачебная помощь при удушении, повешении.
11. Доврачебная помощь при электротравме.

Практическое занятие №12

Тема 12. Принципы и методы формирования здорового образа жизни учащихся

Цель занятия.

1. Закрепить представление о медико-гигиенических аспектах здорового образа жизни.
2. Обсудить принципы формирования мотивации к здоровому образу жизни.

3. Определить роль семьи и учебно-воспитательных учреждений в формирования мотивации к здоровому образу жизни.

План занятия.

1. Вместе с преподавателем разобрать наиболее сложные вопросы изучаемой темы.
2. Обсудить доклады по теме занятия.
3. Дать ответы на вопросы тест - карты.

Основная литература.

1. Егозина В.И. Формирование здорового образа жизни человека [Текст]: сб. лекций. – М.: МГОУ, 2015. – 130с.
2. Назарова Е.Н. Основы здорового образа жизни [Текст]: учебник для вузов / Е.Н. Назарова, Ю.Д. Жиров. – 3-е изд. – М.: Академия, 2013. – 256 с.
3. Назарова Е.Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Текст]: учебник для вузов / Е.Н. Назарова, Ю.Д. Жиров. – 2-е изд. – М.: Академия, 2013. – 192 с.
4. Лекции.

Дополнительная литература.

1. Мисюк М.Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Текст]: учеб. пособие для вузов. – 2-е изд. – М. : Юрайт, 2013. – 431 с.
2. Общественное здоровье и здравоохранение [Электронный ресурс]: в 2 ч.: учебник /под ред. И.А. Наумова. – Минск: Выш. шк., 2013. – 335 с. – Режим доступа: <http://znanium.com/bookread2.php?book=509079> ;
<http://znanium.com/bookread2.php?book=509081>
3. Прохорова Э.М. Валеология [Текст]: учеб. пособие для вузов. – М.: Инфра-М, 2014. – 255 с.
4. Щанкин А.А. Курс лекций по основам медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс]: учеб. пособие. – М.: Директ-Медиа, 2015. – 97 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362685>
5. <http://botan0.ru/?cat=1&id=148>
6. <http://dic.academic.ru>
7. <http://www.eurolab.ua/anatomy/90/>
8. <http://www.knigafund.ru/books/17208>
9. <http://www.medbiol.ru/medbiol/mozg/00028c30.htm>
10. <http://medvuz.info/load/fiziologija>
11. <http://www.nedug.ru/library> <http://medknigi.blogspot.com>
12. <http://www.twirpx.com/file/97861/>
13. <http://ru.wikipedia.org>

Методические указания.

При подготовке к занятию по данной теме необходимо повторить лекционный материал. Ознакомиться с соответствующим разделом учебника. Подготовить доклад с презентацией по одной из тем занятия.

Структура темы занятия.

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.

Задание.

1. Подготовить и представить к обсуждению доклад с презентацией по одной из

следующих тем:

- а) Социальные факторы здоровья.
 - б) Медико-гигиенические факторы здоровья.
 - в) Роль семьи в формировании и сохранения здоровья.
 - г) Роль воспитательных и образовательных учреждений в формировании и сохранении здоровья.
 - д) Образ жизни как фактор здоровья.
 - е) Эколого-климатические факторы здоровья.
2. Принять участие в проблемной дискуссии.
 3. Ответить на вопросы письменного контроля знаний.

Вопросы для самоконтроля знаний по теме занятий.

1. Медико-гигиенические факторы здоровья.
2. Социальные факторы здоровья.
3. Эколого-климатические факторы здоровья.
4. Образ жизни как фактор здоровья.
5. Принципы мониторинга здоровья.
6. Структура неинфекционной заболеваемости населения.
7. Профилактика развития сердечно-сосудистых заболеваний.
8. Профилактика онко-заболеваний.
9. Профилактика нервно-психических заболеваний.
10. Профилактика неинфекционных хронических заболеваний органов дыхания.
11. Профилактика неинфекционных хронических заболеваний органов пищеварения.
12. Формирование мотивации к здоровому образу жизни.
13. Роль семьи и учебно-воспитательных учреждений в формировании мотивации к здоровому образу жизни.

Практическое занятие №13

Тема 13. Факторы, формирующие здоровье

Цель занятия.

1. Сформировать представление о факторах, формирующих и укрепляющих здоровье.
2. Закрепить представления о принципах здорового образа жизни.
3. Выяснить роль семьи в системе здорового образа жизни.

План занятия.

1. Вместе с преподавателем разобрать наиболее сложные вопросы изучаемой темы.
2. Принять участие в проблемной беседе.
3. Дать ответы на вопросы тест - карты.

Основная литература.

1. Егозина В.И. Формирование здорового образа жизни человека [Текст]: сб. лекций. – М.: МГОУ, 2015. - 130с.
2. 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.
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. Лекции.

Дополнительная литература.

1. Мисюк М.Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Текст]: учеб. пособие для вузов. – 2-е изд. – М. : Юрайт, 2013. – 431 с.
2. Общественное здоровье и здравоохранение [Электронный ресурс]: в 2 ч.: учебник /под ред. И.А. Наумова. – Минск: Выш. шк., 2013. – 335 с. – Режим доступа: <http://znanium.com/bookread2.php?book=509079> ;
<http://znanium.com/bookread2.php?book=509081>
3. Прохорова Э.М. Валеология [Текст]: учеб. пособие для вузов. – М.: Инфра-М, 2014. – 255 с.
4. Щанкин А.А. Курс лекций по основам медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс]: учеб. пособие. – М.: Директ-Медиа, 2015. – 97 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362685>
5. <http://botan0.ru/?cat=1&id=148>
6. <http://dic.academic.ru>
7. <http://www.eurolab.ua/anatomy/90/>
8. <http://www.knigafund.ru/books/17208>
9. <http://www.medbiol.ru/medbiol/mozg/00028c30.htm>
10. <http://medvuz.info/load/fiziologija>
11. <http://www.nedug.ru/library> <http://medknigi.blogspot.com>
12. <http://www.twirpx.com/file/97861/>
13. <http://ru.wikipedia.org>

Методические указания.

При подготовке к занятию по данной теме необходимо повторить лекционный материал. Ознакомиться с соответствующим разделом учебника. Подготовить доклад с презентацией по одной из тем занятия.

Структура темы занятия.

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.

Задание.

1. Подготовить и представить к обсуждению доклад с презентацией по одной из следующих тем:
 - а) Значение физической культуры в формировании и сохранении здоровья.
 - б) Значение рационального и сбалансированного питания в формировании и сохранении здоровья.
 - в) Значение режима дня для сохранения здоровья.
 - г) Режим дня школьника.
 - д) Репродуктивное здоровье, его значение для обеспечения благополучия личности, общества и государства.
 - е) Характеристика периодов беременности и родов.
 - ж) Осложнения и последствия аборта.
 - з) Брак и семья в системе здорового образа жизни.
2. Принять участие в проблемной дискуссии.
3. Ответить на вопросы письменного контроля знаний.

Вопросы для самоконтроля знаний по теме занятий.

1. Физическая культура и ее оздоравливающее значение.

2. Рациональное и сбалансированное питание и здоровье человека.
3. Режим дня и его значение в повседневной жизни человека.
4. Репродуктивное здоровье, его значение для обеспечения благополучия личности, общества и государства.
5. Характеристика периодов беременности и родов.
6. Осложнения и последствия аборта.
7. Роль семьи в системе здорового образа жизни.

Практическое занятие №14

Тема 14. Факторы, разрушающие здоровье

Цель занятия.

1. Сформировать представление о факторах, разрушающих здоровье.
2. Сформулировать принципы профилактики вредных привычек.
3. Обсудить здоровьесберегающую функцию учебно-воспитательного процесса и роль учителя в формировании здоровья учащихся и профилактике заболеваний.

План занятия.

1. Вместе с преподавателем разобрать наиболее сложные вопросы изучаемой темы.
2. Принять участие в проблемной дискуссии.
3. Дать ответы на вопросы тест - карты.

Основная литература.

1. Егозина В.И. Формирование здорового образа жизни человека [Текст]: сб. лекций. – М.: МГОУ, 2015. – 130с.
2. Назарова Е.Н. Основы здорового образа жизни [Текст]: учебник для вузов / Е.Н. Назарова, Ю.Д. Жиров. – 3-е изд. – М.: Академия, 2013. – 256 с.
3. Назарова Е.Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Текст]: учебник для вузов / Е.Н. Назарова, Ю.Д. Жиров. – 2-е изд. – М.: Академия, 2013. – 192 с.
4. Лекции.

Дополнительная литература.

1. Мисюк М.Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Текст]: учеб. пособие для вузов. – 2-е изд. – М. : Юрайт, 2013. – 431 с.
2. Общественное здоровье и здравоохранение [Электронный ресурс]: в 2 ч.: учебник /под ред. И.А. Наумова. – Минск: Выш. шк., 2013. – 335 с. – Режим доступа: <http://znanium.com/bookread2.php?book=509079> ; <http://znanium.com/bookread2.php?book=509081>
3. Прохорова Э.М. Валеология [Текст]: учеб. пособие для вузов. – М.: Инфра-М, 2014. – 255 с.
4. Щанкин А.А. Курс лекций по основам медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс]: учеб. пособие. – М.: Директ-Медиа, 2015. – 97 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362685>
5. <http://botan0.ru/?cat=1&id=148>
6. <http://dic.academic.ru>
7. <http://www.eurolab.ua/anatomy/90/>
8. <http://www.knigafund.ru/books/17208>
9. <http://www.medbiol.ru/medbiol/mozg/00028c30.htm>
10. <http://medvuz.info/load/fiziologija>
11. <http://www.nedug.ru/library> <http://medknigi.blogspot.com>
12. <http://www.twirpx.com/file/97861/>

Методические указания.

При подготовке к занятию по данной теме необходимо повторить лекционный материал. Ознакомиться с соответствующим разделом учебника. Подготовить доклад с презентацией по одной из тем занятия.

Структура темы занятия.

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.

Задание.

1. Подготовить и представить к обсуждению доклад с презентацией по одной из следующих тем:
 - а) Гиподинамия как фактор, разрушающий здоровье.
 - б) Ожирение как фактор, разрушающий здоровье.
 - в) Алкоголь как фактор, разрушающий здоровье.
 - г) Табакокурение как фактор, разрушающий здоровье.
 - д) Наркомания и токсикомания как факторы, разрушающие здоровье.
 - е) Репродуктивное поведение и его безопасность.
 - ж) Современные методы контрацепции.
 - з) Положительные эмоции и их значение для профилактики болезней.
 - и) Здоровье сберегающая функция учебно-воспитательного процесса.
2. Принять участие в проблемной дискуссии.
3. Ответить на вопросы письменного контроля знаний.

Вопросы для самоконтроля знаний по теме занятий.

1. Что такое гиподинамия, и каковы ее последствия?
2. Понятие «ожирение», его причины и последствия.
3. Опасность алкоголя как фактора, разрушающего здоровье.
4. Опасность табакокурения как фактора, разрушающего здоровье.
5. Опасность наркомании и токсикомании для здоровья.
6. Принципы безопасного репродуктивного поведения.
7. Современные методы контрацепции.
8. Значение положительных эмоций для профилактики болезней.
9. Здоровье сберегающая функция учебно-воспитательного процесса.
10. Роль учителя в формировании здоровья учащихся и профилактике заболеваний.