

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Амурский государственный университет»

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе

Н.В. Савина

« 18 »

2019 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Направление подготовки - 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Направленность (профиль) образовательной программы - «Иностранный язык (немецкий) и Иностранный язык (английский)»

Квалификация выпускника - бакалавр

Год набора – 2019

Форма обучения – очная

Курс 1 Семестр 1

Зачет – 1 семестр

Общая трудоемкость дисциплины 72 (акад. час.), 2 зач. ед.

Составитель: Гостева Л.З., канд. мед. наук, доцент;  
Факультет социальных наук  
Кафедра социальной работы

2019 г.

Рабочая программа составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) (уровень бакалавриата)  
(шифр, наименование направления подготовки / специальности)

Рабочая программа обсуждена на заседании кафедры социальной работы  
« 6 » 05 2019 г., протокол № 9

Заведующий кафедрой  Н.М. Полевая

СОГЛАСОВАНО

Учебно-методическое управление

 Н.А. Чалкина  
« 10 » 06 2019 г.

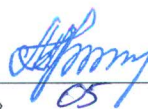
СОГЛАСОВАНО

Выпускающая кафедра

 О.Н. Меразова  
« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2019 г.

СОГЛАСОВАНО

Научная библиотека

 Л.А. Проказина  
« 6 » 05 2019 г.

СОГЛАСОВАНО

Центр информационных и образовательных технологий

  
« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2019 г.

## 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

**Цель дисциплины:** формирование представления о жизнеугрожающих состояниях, об основных повреждениях организма человека и методах первой помощи, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.

### **Задачи дисциплины:**

- освоение методов первой помощи при отравлениях, асфиксиях, тепловых и холодовых поражениях, обучение принципам и методам реанимации;
- изучение травматизма и методов оказания помощи при ранениях и травмах;
- изучение первой помощи при острых заболеваниях человека;
- изучение методов и средств защиты персонала предприятия и населения в условиях чрезвычайных ситуаций;
- изучение организации мероприятий по охране труда и технике безопасности.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОП ВО

Предлагаемая дисциплина относится к базовой части. Данная дисциплина является важной составляющей специальной профессиональной подготовки студентов по направлению подготовки «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)». Ее содержание имеет существенное значение для формирования целостного представления о жизнеугрожающих состояниях, об основных повреждениях организма человека.

Для освоения основных аспектов данного курса необходимо также изучение следующих дисциплин: «Безопасность жизнедеятельности».

## 3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

### 3.1 Универсальные компетенции и индикаторы их достижения

Категория (группа) универсальных компетенций	Код и наименование универсальной компетенции	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
Безопасность жизнедеятельности	УК-8. Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций	УК-8.1. Знает: научно обоснованные способы поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций; виды опасных ситуаций; способы преодоления опасных ситуаций; приемы первой медицинской помощи; основы медицинских знаний. УК-8.2. Умеет: создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности; различить факторы, влекущие возникновение опасных ситуаций; предотвратить возникновение опасных ситуаций, в том числе на основе приемов по оказанию первой медицинской помощи и базовых медицинских знаний. УК-8.3. Владеет: навыками по предотвращению возникновения опасных ситуаций; приемами первой медицинской помощи; базовыми медицинскими знаниями; способами поддержания гражданской обороны и условий по минимизации последствий от чрезвычайных ситуаций.

#### 4. СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

№ п/п	Раздел дисциплины	Семестр	Виды контактной работы и трудоемкость (в академических часах)			Самостоятельная работа (в академических часах)	Формы текущего контроля успеваемости
			Л	ПЗ	КТО		
1	Общие сведения по оказанию первой помощи пострадавшим. Состав аптечки для оказания первой помощи пострадавшим	1	4			5	опрос, тест
2	Внезапная остановка сердца. Искусственное дыхание и наружный массаж сердца	1	6	2		5	опрос, тест
3	Первая помощь при кровотечениях	1		4		5	опрос, тест
4	Первая помощь при получении травм	1	6			5	опрос, тест
5	Первая помощь при поражении электрическим током и молнией	1	4			5	опрос, тест
6	Первая помощь при ожогах и обморожениях	1	4			5	опрос, тест
7	Защита персонала предприятия и населения в условиях чрезвычайных ситуаций	1		4		7,8	опрос, тест
	<b>Зачет</b>				0,2		
<b>ИТОГО</b>		<b>1</b>	<b>24</b>	<b>10</b>	<b>0,2</b>	<b>37,8</b>	

Л - лекция, ПЗ – практическое занятие, КТО – контроль теоретического обучения.

#### 5 СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

##### 5.1. Лекции

№ п/п	Наименование темы (раздела)	Содержание темы (раздела)
1	Общие сведения по оказанию первой помощи пострадавшим. Состав аптечки для оказания первой помощи пострадавшим	Понятие первой помощи, неотложной и экстренной ситуации, чрезвычайной ситуации на предприятии. История развития первой помощи. Юридическая сторона оказания первой помощи. Принципы оказания первой помощи. Особенности обращения с пострадавшим. Средства первой помощи. Алгоритм действия при оказании первой помощи пострадавшим на месте происшествия. Действия при внезапной смерти - нет сознания и нет пульса на сонной артерии. Действия при состоянии комы - нет сознания, но есть пульс на сонной артерии.
2	Внезапная остановка	Признаки определения отсутствия сознания, остановки

<i>№ n/n</i>	<i>Наименование темы (раздела)</i>	<i>Содержание темы (раздела)</i>
	сердца	сердечной деятельности и дыхательной системы. Техника проведения наружного массажа сердца.
3	Первая помощь при получении травм	Понятие травмы, классификация травм. Абсолютные и относительные симптомы травм. Алгоритм действий при оказании помощи при травмах открытых и закрытых травмах. Первая помощь при черепно-мозговых травмах и травмах спинного мозга. Первая помощь при травмах груди, живота, тазовых органах. Понятие иммобилизации, техника проведения иммобилизации.
4	Первая помощь при поражении электрическим током и молнией	Причины возникновения электротравм. Специфическое и неспецифическое воздействие электротравм и электроожогов на организм человека. Виды электротравм и электроожогов. Симптомы проявления электротравм и электроожогов. Первая помощь при электротравмах и электроожогах. Профилактика электротравм на предприятии и среди населения.
5	Первая помощь при ожогах и обморожениях	Понятие ожога и обморожения. Причины ожогов и отморожений. Стадии ожога и отморожения. Методы диагностики степени ожога и обморожения. Транспортировка пострадавших при ожогах и обморожениях. Перегревание тела: причины, проявления, последствия, первая помощь. Ожоговая болезнь. Проявления и первая помощь. Замерзание: понятие, причины, угрозы, признаки, первая помощь.

## 5.2. Практические занятия

<i>№ n/n</i>	<i>Наименование темы (раздела)</i>	<i>Содержание темы (раздела)</i>
1	Искусственное дыхание и наружный массаж сердца	Техника проведения искусственной вентиляции легких. Современные тенденции реанимационных мероприятий.
2	Первая помощь при кровотечениях	Порядок наложения кровоостанавливающего жгута, закрутки.
3	Защита персонала предприятия и населения в условиях чрезвычайных ситуаций	Методы и средства защиты персонала предприятия и населения в условиях чрезвычайных ситуаций. Организация мероприятий по охране труда и технике безопасности на предприятии.

## 6 САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА

<i>№ n/n</i>	<i>Наименование раздела</i>	<i>Форма (вид) самостоятельной работы</i>	<i>Трудоёмкость в академических часах</i>
1	Общие сведения по оказанию первой помощи пострадавшим. Состав аптечки для оказания	Подготовка к практическим занятиям, подготовка к опросу, подготовка к тестовому контролю знаний	<b>5</b>

<i>№ n/n</i>	<i>Наименование раздела</i>	<i>Форма (вид) самостоятельной работы</i>	<i>Трудоёмкость в академиче- ских часах</i>
	<b>первой помощи пострадавшим</b>		
2	Внезапная остановка сердца. Искусственное дыхание и наружный массаж сердца	Подготовка к практическим занятиям, подготовка к опросу, подготовка к тестовому контролю знаний	<b>5</b>
3	Первая помощь при кровотечениях	Подготовка к практическим занятиям, подготовка к опросу, подготовка к тестовому контролю знаний	<b>5</b>
4	Первая помощь при получении травм	Подготовка к практическим занятиям, подготовка к опросу, подготовка к тестовому контролю знаний	<b>5</b>
5	Первая помощь при поражении электрическим током и молнией	Подготовка к практическим занятиям, подготовка к опросу, подготовка к тестовому контролю знаний	<b>5</b>
6	Первая помощь при ожогах и обморожениях	Подготовка к практическим занятиям, подготовка к опросу, подготовка к тестовому контролю знаний	<b>5</b>
7	Защита персонала предприятия и населения в условиях чрезвычайных ситуаций	Подготовка к практическим занятиям, подготовка к опросу, подготовка к тестовому контролю знаний	<b>7,8</b>
<b>Итого</b>			<b>37,8</b>

## 7. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

При освоении дисциплины используются различные сочетания видов контактной работы с методами и формами активизации познавательной деятельности бакалавров для достижения запланированных результатов обучения и формирования компетенций.

На лекционных и практических занятиях используются активные и интерактивные формы проведения занятий (проблемная лекция, анализ конкретных ситуаций, задачный метод, групповая работа).

При работе используется диалоговая форма ведения лекций с постановкой и решением проблемных задач, обсуждением дискуссионных моментов и т.д.

При проведении практических занятий создаются условия для максимально самостоятельного выполнения заданий. Поэтому при проведении практического занятия преподавателю рекомендуется:

1. Провести экспресс-опрос (устно или в тестовой форме) по теоретическому материалу, необходимому для выполнения работы (с оценкой).
2. Проверить правильность выполнения заданий, подготовленных студентом дома (с оценкой).

Любое практическое занятие включает самостоятельную проработку теоретического материала и изучение методики решения практических задач. Некоторые задачи содержат элементы научных исследований, которые могут потребовать углубленной самостоятельной проработки теоретического материала.

При организации внеаудиторной самостоятельной работы по данной дисциплине преподавателю рекомендуется использовать следующие ее формы: конспектирование темы по вопросам; выполнение индивидуального домашнего задания; выполнение практических заданий для самостоятельной проработки студентами; самостоятельное изучение темы; подготовка докладов; подготовка раздаточного материала; выполнение тренировочных

упражнений; выполнение реконструктивной самостоятельной работы; выполнение творческой самостоятельной работы; подготовка к индивидуальному собеседованию.

## 8. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

*Примерные вопросы к зачету:*

1. Здоровый образ жизни как биологическая и социальная проблема.
2. Факторы, влияющие на здоровье детей и подростков.
3. Основные признаки неотложных состояний, характеристика причин их вызывающих.
4. Неотложные состояния при заболеваниях сердечнососудистой системы.
5. Характеристика неотложных состояний, причины, их вызывающие, признаки «острого живота», первая медицинская помощь.
6. Неотложные состояния при заболеваниях дыхательной системы.
7. Неотложные состояния при заболеваниях эндокринной системы.
8. Характеристика кровотечений, методы остановки кровотечений. Первая медицинская помощь при наружных кровотечениях.
9. Способы временной остановки кровотечения. Характеристика артериального и венозного кровотечения.
10. Причины и признаки возникновения аллергических реакций. Первая помощь.
11. Первая помощь при попадании яда на кожу, в пищеварительный тракт, дыхательную систему.
12. Определение физиологических показателей организма человека (по выбору преподавателя).
13. Правила применения лекарственных веществ. Домашняя аптечка.
14. Меры профилактики детского травматизма.
15. Первая медицинская помощь при ушибах, вывихах, растяжениях.
16. Десмургия: правила наложения повязки, функции повязки.
17. Признаки раны и ее обработка.
18. Осложнения ран и меры их профилактики.
19. Характеристика причин, механизма и признаков травматического шока.
20. Последовательность действий при травматическом шоке.
21. Оказание первой медицинской помощи при открытых переломах.
22. Транспортная иммобилизация при травмах черепа, туловища и конечностей.
23. «Захват жизни», причины и признаки попадания инородного тела в верхние дыхательные пути.
24. Способы иммобилизации и правила транспортировки раненых.
25. Характеристика терминальных состояний.
26. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударах, при ожогах.
27. Оказание первой помощи при обморожении и переохлаждении организма.
28. Первая помощь при судорожных состояниях.
29. Первая помощь при электротравмах, удушении, утоплении.
30. Реанимация. Признаки клинической и биологической смерти.
31. Последовательность реанимационных процедур.
32. Основы эпидемиологии, микробиологии и иммунологии.
33. Эпидемиологический процесс, его основные признаки и закономерности развития.
34. Способы передачи возбудителей инфекции. Бактерионосительство.
35. Общегосударственные меры профилактики инфекционных заболеваний.
36. Профилактика инфекционных заболеваний в детских коллективах.
37. Медико-биологические аспекты профилактики болезней, передающихся половым путем.
38. Острые респираторные заболевания. Причины и профилактика.
39. Характеристика кишечных инфекций: пути и факторы передачи, признаки, профилактика.

40. Факторы внешней среды, влияющие на здоровый образ жизни.
41. Понятие здорового образа жизни, норма и патологии.
42. Основные методы оздоровления и укрепления здоровья.
43. Показатели индивидуального здоровья. Группы здоровья.
44. Показатели популяционного здоровья.
45. Методы и средства защиты персонала предприятия и населения в условиях чрезвычайных ситуаций
46. Организация мероприятий по охране труда и технике безопасности на предприятии.

## 9. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### а) литература

1. Пискунов В.А. Здоровый образ жизни [Электронный ресурс] : учебное пособие / В.А. Пискунов, М.Р. Максиняева, Л.П. Тупицына. — Электрон. текстовые данные. — М. : Прометей, 2012. — 86 с. — 978-5-7042-2355-9. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/18568.html>.

2. Кувшинов, Ю. А. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов, обучающихся по направлению подготовки 050400.62 «Психолого-педагогическое образование», профилю «Психология и социальная педагогика» / Ю. А. Кувшинов. — Электрон. текстовые данные. — Кемерово : Кемеровский государственный институт культуры, 2013. — 183 с. — 978-5-8154-0275-1. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/55248.html>

3. Балаян, С. Е. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс] : методические указания к выполнению лабораторных работ / С. Е. Балаян. — Электрон. текстовые данные. — Набережные Челны : Набережночелнинский государственный педагогический университет, 2014. — 80 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/49923.html>

4. Балаян, С. Е. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс] : методические рекомендации и задания для самостоятельных работ / С. Е. Балаян. — Электрон. текстовые данные. — Набережные Челны : Набережночелнинский государственный педагогический университет, 2013. — 78 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/49924.html>

### б) программное обеспечение и Интернет-ресурсы

№	Наименование	Описание
<b>Программное обеспечение, обеспеченное лицензией</b>		
1	Операционная система Windows 7 Pro	DreamSparkPremiumElectronicSoftwareDelivery (3 years) Renewal по договору – Сублицензионный договор № Tr000074357/КНВ 17 от 01 марта 2016 года
<b>Интернет-ресурсы</b>		
2	Электронно-библиотечная система IPRbooks <a href="http://www.iprbookshop.ru/">http://www.iprbookshop.ru/</a>	Электронно-библиотечная система IPRbooks — научно-образовательный ресурс для решения задач обучения в России и за рубежом. Уникальная платформа ЭБС IPRbooks объединяет новейшие информационные технологии и учебную лицензионную литературу. Контент ЭБС IPRbooks отвечает требованиям стандартов высшей школы, СПО, дополнительного и дистанционного образования. ЭБС IPRbooks в полном объеме соответствует требованиям законодательства РФ в сфере образования.



№	Наименование	Описание
3	Электронная библиотека. Для вузов и сеузов <a href="https://biblio-online.ru/">https://biblio-online.ru/</a>	Это портал, расположенный в сети интернет по адресу <a href="http://www.biblio-online.ru">www.biblio-online.ru</a> , позволяющий получить доступ к тексту учебника, не имея перед собой традиционной печатной книги. Время пользования и количество пользователей неограниченно. В электронной библиотеке представлены все книги Издательства, некоторые издания доступны только в Электронной библиотеке.

в) профессиональные базы данных и информационные справочные системы

№	Наименование	Описание
1	Министерство науки и высшего образования Российской Федерации	Официальный информационный портал
2	Министерство труда и социальной защиты Российской Федерации	Официальный информационный портал
3	Официальный интернет-портал правовой информации. Государственная система правовой информации.	Официальный информационный портал
4	Google Scholar	Поисковая система по полным текстам научных публикаций всех форматов и дисциплин
5	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU	Российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования
6	Справочная правовая система «КонсультантПлюс»	Компьютерная справочная правовая система в России позволяющая реализовать возможности для поиска и работы с правовой информацией.

## 10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Занятия по дисциплине проводятся в специальных помещениях представляющих собой учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, а также текущего контроля и промежуточной аттестации.

Специальные помещения укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации для большой аудитории. Все помещения, в которых проводятся занятия соответствуют действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам.

Каждый обучающийся обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронно-библиотечным системам и к электронной информационно-образовательной среде университета.

Перечень материально-технического обеспечения включает лекционные аудитории (оборудованные видеопроекторным оборудованием для презентаций, средствами звуковоспроизведения, экраном и имеющие выход в сеть в Интернет), помещения для проведения практических занятий (оборудованные учебной мебелью), библиотеку (имеющую рабочие места для студентов, оснащенные компьютерами с доступом к базам данных и сети Интернет).

нет), компьютерные классы. Учебный процесс обеспечен необходимым комплектом лицензионного программного обеспечения.

Самостоятельная работа обучающихся осуществляется в помещениях, оснащенных компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.