

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования «Вятский государственный университет»
(ВятГУ)
г. Киров

Утверждаю
Директор/Декан Козулин Д. А.



Номер регистрации
РПД_3-04.03.01.53_2020_112269
Актуализировано: 15.03.2021

Рабочая программа дисциплины
Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

	наименование дисциплины
Квалификация выпускника	Бакалавр
Направление подготовки	04.03.01 шифр
	Химия наименование
Направленность (профиль)	3-04.03.01.53 шифр
	Медицинская и фармацевтическая химия наименование
Формы обучения	Очная наименование
Кафедра-разработчик	Кафедра медико-биологических дисциплин (ОРУ) наименование
Выпускающая кафедра	Кафедра фундаментальной химии и методики обучения химии (ОРУ) наименование

Киров, 2020 г.

Сведения о разработчиках рабочей программы дисциплины

Демина Наталия Леонидовна

ФИО

Цели и задачи дисциплины

Цель дисциплины	Целью дисциплины является формирование знаний, умений и навыков сохранения жизни и здоровья, здоровьесбережения, определения неотложных состояний и оказания первой помощи, мотивации к здоровому образу жизни у взрослых, детей и подростков.
Задачи дисциплины	сформировать знания об опасных для здоровья факторов; условиях и правилах сохранения жизни и здоровья, о наиболее часто встречающихся неотложных состояниях и способах оказания первой помощи у взрослых, детей и подростков; сформировать умения поддержания здорового образа жизни и здоровья; применять способы сохранения жизни и здоровья, оказывать первую помощь у взрослых, детей и подростков; сформировать навыки для обеспечения, поддержания и сохранения жизни и здоровья в повседневной жизни; оказания первой помощи у взрослых, детей и подростков.

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Компетенция УК-8

Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций

Знает	Умеет	Владеет
наиболее часто встречающиеся повреждения и неотложные состояния здоровья человека, их причины, основные симптомы; способы сохранения и укрепления здоровья; основополагающие принципы здорового образа жизни, мотивацию здоровья и здорового образа жизни для профессиональной деятельности	использовать методы диагностики и приемы оказания первой медицинской помощи при возникновении неотложных состояний и повреждений; оценивать степень опасности/безопасности условий места пребывания, применять средства и методы самосохранения и самовоспитания для укрепления своего здоровья, а также здоровья своих коллег; выполнять основные виды своей профессиональной деятельности, соблюдая при этом принципы здорового образа жизни	навыками по своевременному оказанию доврачебной медицинской помощи пострадавшим; методами самовоспитания для укрепления своего здоровья и профилактики заболеваний всего коллектива, формирования здорового образа жизни; основными методами сохранения и укрепления здоровья в профессиональной деятельности

Компетенция ПК-3

Способен решать типовые задачи профессиональной деятельности на основе знаний основных законов математических и естественных наук с применением информационно-

коммуникационных технологий		
Знает	Умеет	Владеет
анатомо-физиологические особенности организма взрослых, детей и подростков	использовать знания об анатомо-физиологических особенностях организма человека при оказании первой медицинской помощи	навыками оказания первой медицинской помощи на основе знаний об анатомо-физиологических особенностях организма человека

**Структура дисциплины
Тематический план**

№ п/п	Наименование разделов дисциплины	Шифр формируемых компетенций
1	Введение.	ПК-3, УК-8
2	Неотложные состояния: причины и факторы их вызывающие.	ПК-3, УК-8
3	Первая помощь. Сердечно-легочной реанимации и показания к ее проведению.	ПК-3, УК-8
4	Понятие о микробиологии, иммунологии и эпидемиологии. Меры профилактики инфекционных заболеваний.	ПК-3, УК-8
5	Диагностика и приемы оказания первой помощи при неотложных состояниях.	ПК-3, УК-8
6	Характеристика травматизма. Меры профилактики травм и первая помощь при них.	ПК-3, УК-8
7	Здоровый образ жизни. Способы сохранения жизни и здоровья.	ПК-3, УК-8
8	Подготовка и прохождение промежуточной аттестации	ПК-3, УК-8

Формы промежуточной аттестации

Зачет	5 семестр (Очная форма обучения)
Экзамен	Не предусмотрен (Очная форма обучения)
Курсовая работа	Не предусмотрена (Очная форма обучения)
Курсовой проект	Не предусмотрена (Очная форма обучения)

Трудоемкость дисциплины

Форма обучения	Курсы	Семестры	Общий объем (трудоемкость)		Контактная работа, час	в том числе аудиторная контактная работа обучающихся с преподавателем, час				Самостоятельная работа, час	Курсовая работа (проект), семестр	Зачет, семестр	Экзамен, семестр
			Часов	ЗЕТ		Всего	Лекции	Семинарские, практические занятия	Лабораторные занятия				
Очная форма обучения	3	5	108	3	77	54	18	0	36	31		5	

Содержание дисциплины

Очная форма обучения

Код занятия	Наименование тем занятий	Трудоемкость, академических часов
Раздел 1 « Введение. »		12.00
Лекции		
Л1.1	«Введение в дисциплину «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» .	2.00
Лабораторные занятия		
Р1.1	Введение. Проблемы здоровья населения различных возрастных групп. Основные признаки нарушения здоровья	2.00
Самостоятельная работа		
С1.1	Введение. Проблемы здоровья населения различных возрастных групп. Основные признаки нарушения здоровья	2.00
С1.2	Нормативно-правовые документы по охране здоровья населения России	2.50
Контактная внеаудиторная работа		
КВР1.1	Контактная внеаудиторная работа	3.50
Раздел 2 «Неотложные состояния: причины и факторы их вызывающие. »		8.00
Лекции		
Л2.1	Причины и факторы, вызывающие неотложные состояния	2.00
Лабораторные занятия		
Р2.1	Основные практические навыки, необходимые при оказании первой помощи	2.00
Самостоятельная работа		
С2.1	Неотложные состояния: причины и факторы их вызывающие	2.00
Контактная внеаудиторная работа		
КВР2.1	Контактная внеаудиторная работа	2.00
Раздел 3 «Первая помощь. Сердечно-легочной реанимации и показания к ее проведению.»		17.00
Лабораторные занятия		
Р3.1	Изучение принципов оказания первой помощи при неотложных ситуациях (последовательность ПП)	2.00
Р3.2	Общие принципы и содержание организации реанимационных мероприятий	2.00
Р3.3	Оказание первой помощи при нарушении проходимости дыхательных путей	2.00
Самостоятельная работа		
С3.1	Первая помощь. Сердечно-легочной реанимация и показания к ее проведению	3.00

С3.2	Формы, нарушения сознания, возникающие при неотложных состояниях	2.00
С3.3	Терминальное состояние. Признаки и характеристика клинической и биологической смерти	2.00
Контактная внеаудиторная работа		
КВР3.1	Контактная внеаудиторная работа	4.00
Раздел 4 «Понятие о микробиологии, иммунологии и эпидемиологии. Меры профилактики инфекционных заболеваний.»		15.00
Лекции		
Л4.1	Инфекционные заболевания, их профилактика	2.00
Лабораторные занятия		
Р4.1	Инфекционные заболевания и их профилактика	2.00
Р4.2	Инфекционные заболевания и их профилактика	2.00
Самостоятельная работа		
С4.1	Понятие о микробиологии, иммунологии и эпидемиологии.	2.00
С4.2	Иммунитет, понятие, виды	2.00
С4.3	Календарь профилактических прививок	2.00
Контактная внеаудиторная работа		
КВР4.1	Контактная внеаудиторная работа	3.00
Раздел 5 «Диагностика и приемы оказания первой помощи при неотложных состояниях. »		14.00
Лекции		
Л5.1	Первая помощь при заболеваниях органов пищеварения и других наиболее часто встречающихся острых нарушениях здоровья	2.00
Л5.2	Неотложные сердечно-сосудистые состояния и дыхательные расстройства. Первая помощь	2.00
Лабораторные занятия		
Р5.1	Алгоритмы оказания первой помощи при неотложных состояниях	2.00
Самостоятельная работа		
С5.1	Диагностика и приемы оказания первой помощи при неотложных состояниях	2.00
С5.2	Диагностика и приемы оказания первой помощи при неотложных состояниях	2.00
Контактная внеаудиторная работа		
КВР5.1	Контактная внеаудиторная работа	4.00
Раздел 6 «Характеристика травматизма. Меры профилактики травм и первая помощь при них. »		24.00
Лекции		
Л6.1	Травматизм. Детский травматизм. Его причины. Профилактика.	2.00
Л6.2	Классификация травм. Травматический шок. Синдром длительного сдавления	2.00
Лабораторные занятия		
Р6.1	Неотложная помощь при ранах.	2.00
Р6.2	Способы остановки кровотечений	2.00

Р6.3	Правила наложения повязок	2.00
Р6.4	Оказание первой помощи при различных видах травм.	2.00
Р6.5	Оказание первой помощи при травмах конечностей	2.00
Р6.6	Особенности оказания первой помощи пострадавшему в условиях чрезвычайных ситуаций	2.00
Р6.7	Первая помощь при сочетанной и комбинированной травме	2.00
Самостоятельная работа		
С6.1	Характеристика травматизма. Меры профилактики травм и первая помощь при них	2.00
Контактная внеаудиторная работа		
КВР6.1	Контактная внеаудиторная работа	4.00
Раздел 7 «Здоровый образ жизни. Способы сохранения жизни и здоровья.»		14.00
Лекции		
Л7.1	Здоровый образ жизни как биологическая и социальная проблема	2.00
Л7.2	Способы сохранения жизни и здоровья	2.00
Лабораторные занятия		
Р7.1	Принципы и методы формирования здорового образа жизни	2.00
Р7.2	Здоровьесберегающие технологии	2.00
Р7.3	Способы сохранения жизни и здоровья.	2.00
Самостоятельная работа		
С7.1	Способы сохранения жизни и здоровья.	2.00
Контактная внеаудиторная работа		
КВР7.1	Контактная внеаудиторная работа	2.00
Раздел 8 «Подготовка и прохождение промежуточной аттестации»		4.00
38.1	Подготовка к сдаче зачета	3.50
КВР8.1	Сдача зачета	0.50
ИТОГО		108.00

Содержание дисциплины данной рабочей программы используется при обучении по индивидуальному учебному плану, при ускоренном обучении, при применении дистанционных образовательных технологий и электронном обучении (при наличии).

Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Успешное освоение дисциплины предполагает активное, творческое участие обучающегося на всех этапах ее освоения путем планомерной, повседневной работы. Обучающийся обязан посещать лекции, семинарские, практические и лабораторные занятия (при их наличии), получать консультации преподавателя и выполнять самостоятельную работу.

Изучение дисциплины следует начинать с проработки настоящей рабочей программы, методических указаний и разработок, указанных в программе, особое внимание уделить целям, задачам, структуре и содержанию дисциплины.

Главной задачей каждой лекции является раскрытие сущности темы и анализ ее основных положений. Тематика лекций определяется настоящей рабочей программой дисциплины.

Лекции – это систематическое устное изложение учебного материала. На них обучающийся получает основной объем информации по каждой конкретной теме. Лекции обычно носят проблемный характер и нацелены на освещение наиболее трудных и дискуссионных вопросов.

Предполагается, что обучающиеся приходят на лекции, предварительно проработав соответствующий учебный материал по источникам, рекомендованным программой. Часто обучающимся трудно разобраться с дискуссионными вопросами, дать однозначный ответ. Преподаватель, сравнивая различные точки зрения, излагает свой взгляд и нацеливает их на дальнейшие исследования и поиск научных решений. После лекции желательно вечером перечитать и закрепить полученную информацию, тогда эффективность ее усвоения значительно возрастает. При работе с конспектом лекции необходимо отметить материал, который вызывает затруднения для понимания, попытаться найти ответы на затруднительные вопросы, используя предлагаемую литературу. Если самостоятельно не удалось разобраться в материале, сформулируйте вопросы и обратитесь за помощью к преподавателю.

Целью семинарских занятий является проверка уровня понимания обучающимися вопросов, рассмотренных на лекциях и в учебной литературе.

Целью практических и лабораторных занятий является формирование у обучающихся умений и навыков применения теоретических знаний в реальной практике решения задач; восполнение пробелов в пройденной теоретической части курса.

Семинарские, практические и лабораторные занятия в равной мере направлены на совершенствование индивидуальных навыков решения теоретических и прикладных задач, выработку навыков интеллектуальной работы, а также ведения дискуссий. Для успешного участия в семинарских, практических и лабораторных занятиях обучающемуся следует тщательно подготовиться.

Основной формой подготовки обучающихся к практическим (лабораторным) занятиям является самостоятельная работа с учебно-методическими материалами, научной литературой, статистическими данными и т.п.

Изучив конкретную тему, обучающийся может определить, насколько хорошо он в ней разобрался. Если какие-то моменты остались непонятными, целесообразно составить список вопросов и на занятии задать их преподавателю. Практические (лабораторные) занятия предоставляют обучающемуся возможность творчески раскрыться, проявить инициативу и развить навыки публичного ведения дискуссий и общения.

Самостоятельная работа обучающихся включает в себя выполнение различного рода заданий (изучение учебной и научной литературы, материалов лекций, систематизацию прочитанного материала, подготовку контрольной работы, решение

задач, подготовка докладов, написание рефератов, публикация тезисов, научных статей, подготовка и защита курсовой работы / проекта и другие), которые ориентированы на глубокое усвоение материала изучаемой дисциплины.

Обучающимся рекомендуется систематически отводить время для повторения пройденного материала, проверяя свои знания, умения и навыки.

Внутренняя система оценки качества освоения дисциплины включает входной контроль уровня подготовленности обучающихся, текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию, направленную на оценивание промежуточных и окончательных результатов обучения по дисциплине (в том числе результатов курсового проектирования (выполнения курсовых работ) при наличии).

При проведении промежуточной аттестации обучающегося учитываются результаты текущего контроля, проводимого в течение освоения дисциплины.

Процедура оценивания результатов освоения дисциплины осуществляется на основе действующих локальных нормативных актов ФГБОУ ВО «Вятский государственный университет», с которыми обучающиеся знакомятся на официальном сайте университета www.vyatsu.ru.

Учебно-методическое обеспечение дисциплины, в том числе учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающегося по дисциплине

Учебная литература (основная)

1) Кувшинов, Ю. А. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебное пособие / Ю.А. Кувшинов. - Кемерово : КемГУКИ, 2013. - 183 с. - ISBN 978-5-8154-0275-1 : Б. ц. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=275372/> (дата обращения: 24.03.2020). - Режим доступа: ЭБС Университетская библиотека ONLINE. - Текст : электронный.

2) Вдовина, Людмила Николаевна. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : [учебник : соответствует Федеральному государственному образовательному стандарту (третьего поколения)] / Л. Н. Вдовина, Е. И. Зеркалина, М. П. Носкова. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2015. - 342, [1] с. : ил. - (Высшее образование). - Библиогр.: с. 321-322. - ISBN 978-5-222-24665-8 : 590.00 р. - Текст : непосредственный.

3) Назарова, Елена Николаевна. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению 050100 Пед. образование (квалификация "бакалавр") / Е. Н. Назарова, Ю. Д. Жиров. - М. : Академия, 2012. - 192 с. - (Высшее профессиональное образование. Педагогическое образование) (Бакалавриат). - Библиогр.: с. 190. - ISBN 978-5-7695-8153-3 : 330.00 р., 330.00 р., 364.10 р. - Текст : непосредственный.

4) Артюнина, Г. П. Основы медицинских знаний : здоровье, болезнь и образ жизни: учеб. пособие для вузов / Г. П. Артюнина, С. А. Игнаткова ; Псковский гос. пед. ун-т им. С. М. Кирова. - М. : Академ. Проект, 2004. - 560 с. : ил. - (Gaudeamus). - ISBN 5-8291-0366-4 : 137.72 р. - Текст : непосредственный.

Учебная литература (дополнительная)

1) Щанкин, А. А. Курс лекций по основам медицинских знаний и здорового образа жизни : учебное пособие / А.А. Щанкин. - 2-е изд., стер. - Москва|Берлин : Директ-Медиа, 2019. - 98 с. - ISBN 978-5-4499-0140-8 : Б. ц. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=577666/> (дата обращения: 24.03.2020). - Режим доступа: ЭБС Университетская библиотека ONLINE. - Текст : электронный.

2) Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. - Липецк : Липецкий ГПУ, 2019. - 94 с. - Б. ц. - URL: <https://e.lanbook.com/book/126972> (дата обращения: 15.05.2020). - Режим доступа: ЭБС Лань. - Текст : электронный.

3) Оборин, Виктор Афанасьевич. "Введение в дисциплину ""Основы медицинских знаний и здорового образа жизни"" : видеолекция: дисциплина "Основы медицинских знаний и здорового образа жизни" / В. А. Оборин ; ВятГУ. - Киров : ВятГУ, [2015]. - + 1 on-line. - Загл с экрана. - Б. ц. - URL: <https://online.vyatsu.ru/content/vvedenie-v-distiplinu-osnovy-meditsinskikh-znaniy-i>

zdorovogo-obraza-zhizni (дата обращения: 19.11.2015). - Режим доступа: Видеолекция ВятГУ. - Изображение : видео.

4) Оборин, Виктор Афанасьевич. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : видеолекция: дисциплина "Основы медицинских знаний и здорового образа жизни" / В. А. Оборин ; ВятГУ, Пединститут, ФФКС, каф. МБД. - Киров : ВятГУ, [2015]. - + 1 on-line. - Загл с экрана. - Б. ц. - URL: <https://online.vyatsu.ru/content/osnovy-meditsinskikh-znaniy-i-zdorovogo-obraza-zhizni-0> (дата обращения: 19.11.2015). - Режим доступа: Видеолекция ВятГУ. - Изображение : видео.

5) Богачев, А. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (материалы для самостоятельной подготовки и самоконтроля знаний) : учебное пособие / А. Н. Богачев, И. В. Федотова. - Волгоград : ВГАФК, 2015. - 235 с. - Б. ц. - URL: <https://e.lanbook.com/book/157987> (дата обращения: 15.05.2020). - Режим доступа: ЭБС Лань. - Текст : электронный.

Учебно-методические издания

1) Попова, Галина Александровна. Физиологические аспекты здорового образа жизни с основами медицинских знаний : учеб.-метод. пособие для студ. пед. спец. и направлений подготовки / Г. А. Попова, Н. Л. Демина, В. Е. Парамонов. - Киров : Изд-во ВятГУ, 2011. - 108 с. - 100.00 р. - Текст : непосредственный.

Электронные образовательные ресурсы

1) Портал дистанционного обучения ВятГУ [электронный ресурс] / - Режим доступа: <http://mooc.do-kirov.ru/>

2) Раздел официального сайта ВятГУ, содержащий описание образовательной программы [электронный ресурс] / - Режим доступа: https://www.vyatsu.ru/php/programms/eduPrograms.php?Program_ID=3-04.03.01.53

3) Личный кабинет студента на официальном сайте ВятГУ [электронный ресурс] / - Режим доступа: <https://new.vyatsu.ru/account/>

4) Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru/>

Электронные библиотечные системы (ЭБС)

- ЭБС «Научная электронная библиотека eLIBRARY» (<http://elibrary.ru/defaultx.asp>)
- ЭБС «Издательства Лань» (<http://e.lanbook.com/>)
- ЭБС «Университетская библиотека online» (www.biblioclub.ru)
- Внутренняя электронно-библиотечная система ВятГУ (<http://lib.vyatsu.ru/>)
- ЭБС «ЮРАЙТ» (<https://urait.ru>)

Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

- ГАРАНТ
- КонсультантПлюс
- Техэксперт: Нормы, правила, стандарты
- Роспатент (<https://www1.fips.ru/elektronnye-servisy/informatsionno-poiskovaya-sistema>)
- Web of Science® (<http://webofscience.com>)

Материально-техническое обеспечение дисциплины

Демонстрационное оборудование

Перечень используемого оборудования
НОУТБУК LENOVO V310-15ISK 15.6"
ПРОЕКТОР EPSON EB-X41

Специализированное оборудование

Перечень используемого оборудования
Измеритель давления
Манекен-тренажер сердечно-легочной реанимации Витим 2-22У ЦРИТ
РОБОТ-ТРЕНАЖЕР "ГАВРЮША"
ТРЕНАЖЕР С ОДНИМ РЕЖИМОМ РАБОТЫ "ГОША-01"
ТРЕНАЖЕР С ШЕСТЬЮ РЕЖИМАМИ РАБОТЫ "ГОША-06"

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, в том числе лицензионное и свободно распространяемое ПО (включая ПО отечественного производства)

№ п.п	Наименование ПО	Краткая характеристика назначения ПО
1	Программная система с модулями для обнаружения текстовых заимствований в учебных и научных работах «Антиплагиат.ВУЗ»	Программный комплекс для проверки текстов на предмет заимствования из Интернет-источников, в коллекции диссертация и авторефератов Российской государственной библиотеки (РГБ) и коллекции нормативно-правовой документации LEXPRO
2	Microsoft Office 365 ProPlusEdu ALNG SubsVL MVL AddOn toOPP	Набор веб-сервисов, предоставляющий доступ к различным программам и услугам на основе платформы Microsoft Office, электронной почте бизнес-класса, функционалу для общения и управления документами
3	Office Professional Plus 2016	Пакет приложений для работы с различными типами документов: текстами, электронными таблицами, базами данных, презентациями
4	Windows Professional	Операционная система
5	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса	Антивирусное программное обеспечение
6	Справочная правовая система «Консультант Плюс»	Справочно-правовая система по законодательству Российской Федерации
7	Электронный периодический справочник ГАРАНТ Аналитик	Справочно-правовая система по законодательству Российской Федерации
8	Security Essentials (Защитник Windows)	Защита в режиме реального времени от шпионского программного обеспечения, вирусов.
9	МойОфис Стандартный	Набор приложений для работы с документами, почтой, календарями и контактами на компьютерах и веб браузерах

Обновленный список программного обеспечения данной рабочей программы находится по адресу:
https://www.vyatsu.ru/php/list_it/index.php?op_id=112269