

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Смирнов Сергей Николаевич
Должность: врио ректора
Дата подписания: 11.01.2023 14:15:31
Уникальный программный ключ: ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет»
69e375c64f7e975d4e8830e7b4fcc2ad1bf35f08

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет»



Утверждаю:

Руководитель ООП

А.С. Бысюк

30 июня 2022 г.

Рабочая программа дисциплины (с аннотацией)
ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Направление подготовки

44.03.02 ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

Профиль подготовки

ПСИХОЛОГИЯ И ПЕДАГОГИКА ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Для студентов 5 курса заочной формы обучения (2018 год набора)

Составитель: Шверина Т.А.

Тверь, 2022

1. Наименование дисциплины в соответствии с учебным планом

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

2. Цели и задачи дисциплины

Целью дисциплины является системное изложение знаний о человеке, гигиенических факторах, оказывающих существенное влияние на физическое, психическое и социальное здоровье человека; формирование у студентов способностей к оказанию первой медицинской помощи при неотложных состояниях и травмах, а также формирование у обучающихся будущих педагогов, сознательного отношения к своему здоровью и воспитание ответственности за свое здоровье, и здоровье учащихся.

Задачами освоения дисциплины являются:

формирование у студентов представления о здоровье, его актуальности и практической значимости в современных условиях;
развитие положительных мотиваций сохранения и укрепления здоровья через овладение принципами здорового образа жизни;
дать студентам необходимый объем знаний о наиболее распространенных инфекционных и неинфекционных заболеваниях и путях их профилактики;
привить практические умения и навыки, необходимые для оказания первой помощи при неотложных состояниях;
ознакомить обучающихся с основами отечественного здравоохранения и медицинского обслуживания населения.

3. Место дисциплины в структуре ООП

Учебная дисциплина включена в базовую часть учебного плана и ее следует рассматривать как обязательный предмет в ряду гуманитарных дисциплин психолого-педагогического образования.

Учебная дисциплина непосредственно связана с дисциплинами «Психология», «Возрастная анатомия и физиология ребенка», «Педагогика», «Безопасность жизнедеятельности».

4. Объем дисциплины (модуля):

2 зачетных единицы, 72 академических часа, в том числе:

контактная работа: 4 часа лекций, 6 часов практических занятий, самостоятельная работа: 58 часов, контроль 4 часа

5. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Планируемые результаты освоения образовательной программы (формируемые)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
--	---

компетенции)	
ОК-9 Способность использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях ЧС	<p>II</p> <p>Владеть: понятийно-терминологическим аппаратом в области медицины и гигиены; способами оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях и травмах.</p> <p>Уметь: использовать свои знания для формирования ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих, сохранять и укреплять собственное здоровье; использовать средства профилактики наиболее распространенных болезней; распознавать жизненно опасные нарушения здоровья.</p> <p>Знать: оценки количества и качества здоровья человека; мотивации сохранения и укрепления собственного здоровья и здоровья учащихся; о наиболее распространенных болезнях и возможностях их предупреждения; о влиянии экологии на здоровье человека; наиболее часто встречающиеся неотложные состояния; признаки травм; организацию медицинского обслуживания школьников.</p>

6. Форма промежуточной аттестации

Для ЗФО: зачет 5 курс.

7. Язык преподавания русский.

II. Содержание дисциплины, структурированное по темам с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

Для студентов заочной формы обучения

Учебная программа – наименование разделов и тем	Всего (час.)	Контактная работа (час.)		Самостоятельная работа (час.)
		Лекции	Практические (лабораторные) занятия	
Раздел 1. Здоровье и здоровый образ жизни	10	1	1	8
Тема 1. Индивидуальное и общественное здоровье		1		4
Тема 2. Здоровый образ жизни и его формирование			1	4
Раздел 2. Основы ухода за больными	13	1	2	12
Тема 3. Личная гигиена больного. Измерение температуры тела	5	1	1	3

Тема 4. Пульс, дыхание, давление и техника их измерения	5			4
Тема 5. Меры воздействия на кровообращение	5		1	3
Тема 6. Применение лекарственных средств	2			2
Раздел 3. Основы медицинских знаний	35	2	3	30
Тема 7. Введение в общую патологию. Классификация болезней. Понятие о неотложных состояниях и первой помощи при них	6	2	-	4
Тема 8. Заболевания органов дыхания. Первая помощь при приступе бронхиальной астмы	3		1	2
Тема 9. Заболевания органов сердечно-сосудистой системы. Первая помощь при неотложных состояниях	3		1	2
Тема 10. Заболевания органов пищеварительной системы. Первая помощь при неотложных состояниях	4			4
Тема 11. Заболевания органов мочеполовой системы. Первая помощь при неотложных состояниях	4			4
Тема 12. Острые отравления. Первая помощь при острых отравлениях	4			4
Тема 13. Нервно-психические расстройства. Первая помощь при неотложных состояниях	4			4
Тема 14. Инфекционные болезни. Классификация инфекционных болезней	4			4
Тема 15. Основные инфекционные болезни. Профилактика социально значимых инфекционных болезней	3		1	2
Контроль	4			4
Всего	72	4	6	62

III. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

1. Контрольные вопросы
2. Планы практических занятий и методические рекомендации к ним по разделу « Основы ухода за больными» и методические указания к ним.
3. Методические рекомендации по отработке практических навыков по разделу «Основы ухода за больными»
4. Темы рефератов для самостоятельной работы студентов и методические рекомендации по их выполнению
5. Требования к рейтинг-контролю

IV. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Типовые контрольные задания для проверки уровня сформированности компетенции: Способность использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях ЧС ОК-9

Этап формирования компетенции, в котором участвует дисциплина	Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности	Показатели и критерии оценивания компетенции, шкала оценивания
II Знать	Первая медицинская помощь при неотложных состояниях 1. Холод на поясничную область. 2. Грелку на поясничную область. 3. Нитроглицерин под язык. 4. Горчичник на заднюю поверхность шеи. 5. Раствор анальгина 25% - 2,0 мл ввести в/м. 6. Раствор папаверина 2% - 2,0 мл ввести в/м. 3. Какими перечисленными дезинфицирующими растворами можно промывать глаза:	Правильно выбран вариант ответа – 1 балл Неправильно выбран вариант ответа – 0 баллов

	<p>1. 1% раствором перекиси водорода.</p> <p>2. 3% спиртовой настойкой йода.</p> <p>3. 2% водным раствором борной кислоты.</p> <p>4. 2% спиртовым раствором борной кислоты.</p> <p>5. Раствором фурациллина.</p> <p>6. 2% раствором натрия бикарбоната.</p> <p>7. Кипяченой водой комнатной температуры.</p>	
Уметь	<p>Оказание первой медицинской помощи при кровотечениях (артериальном, венозном)</p> <p>Первая медицинская помощь при переломах.</p>	<p>3 балла – приняты правильные решения во всех ситуациях;</p> <p>2 балла – приняты в основном правильные решения во всех ситуациях, но упущены отдельные правила или неверно указана последовательность некоторых действий;</p> <p>1 балл – приняты в основном правильные решения во всех ситуациях, но допущены ошибки, которые могут привести к незначительному ущербу здоровью человека;</p> <p>0 баллов – имеются неправильные решения, которые могут привести к значительному ущербу здоровью человека</p>
Владеть	<p>Пострадавший на скользкой дороге после падения жалуется на боли и отсутствие движений в правом плечевом суставе. Правая рука в</p>	<p>3 балла – приняты правильные решения во всех ситуациях;</p> <p>2 балла – приняты в основном правильные</p>

	<p>вынужденном положении, отведена, плечевой сустав деформирован. Поставьте предварительный диагноз. Окажите первую помощь.</p> <p>При автомобильной аварии пострадавший получил травму. При осмотре в области левой голени рана размером 6*10 см, сильное кровотечение, в ране видны обломки костей. Пораженный бледен, пульс 110 ударов в минуту, слабого наполнения, АД = 90/60 мм рт. ст. Сознание сохранено. Поставьте предварительный диагноз. Окажите первую помощь.</p>	<p>решения во всех ситуациях, но упущены отдельные правила или неверно указана последовательность некоторых действий; 1 балл – приняты в основном правильные решения во всех ситуациях, но допущены ошибки, которые могут привести к незначительному ущербу здоровью человека; 0 баллов – имеются неправильные решения, которые могут привести к значительному ущербу здоровью человека</p>
--	---	---

V. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (или модуля)

Щанкин, А.А. Курс лекций по основам медицинских знаний и здорового образа жизни : учебное пособие / А.А. Щанкин. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 97 с. - ISBN 978-5-4475-4855-1 ; [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362685>

Кувшинов, Ю.А. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебное пособие / Ю.А. Кувшинов ; ФГБОУ ВПО «Кемеровский государственный университет культуры и искусств», Институт социально-культурных технологий, Кафедра социальной педагогики. - Кемерово : КемГУКИ, 2013. - 183 с. - ISBN 978-5-8154-0275-1 ; [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=275372>

б) Дополнительная литература:

1. Рубанович, В.Б. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебное пособие / В.Б. Рубанович, Р.И. Айзман, М.А. Суботялов. - 2-е изд., стер. - Новосибирск : Сибирское университетское издательство, 2010. - 224 с. : ил.,табл., схем. - (Университетская серия). - ISBN 978-5-379-01630-2 ; [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=57603>

2. Чуприна, Е.В. Здоровый образ жизни как один из аспектов безопасности жизнедеятельности : учебное пособие / Е.В. Чуприна, М.Н. Закирова ; Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Самарский государственный архитектурно-строительный университет». - Самара : Самарский государственный архитектурно-строительный университет, 2013. - 216 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 987-5-9585-0556-2 ; [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=256099>

VI. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (или модуля)

1. <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=275372>
2. <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=104904>

VII. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (или модуля)

Самостоятельная работа студентов является неотъемлемой частью изучения дисциплины. Самостоятельная работа студентов делится на обязательную (подготовка к учебным занятиям) и дополнительную (самообразование), которая организуется в соответствии с его личными запросами и интересами. Обязательная самостоятельная работа планируется и выполняется по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия вне аудиторных занятий. Дополнительная самостоятельная работа не контролируется и не направляется извне. Контроль знаний при самостоятельном изучении тем и вопросов дисциплины осуществляется при проведении текущего контроля в виде устных опросов, письменных контрольных работ и тестирования. Вопросы для самостоятельной работы также включаются в темы рефератов, которые студенты защищают на семинарских занятиях, и перечень вопросов для зачета.

По окончании освоения дисциплины проводится промежуточная аттестация в виде зачета, что позволяет оценить работу студентов в течение всего срока изучения дисциплины. Зачет призван выявить уровень, прочность и систематичность полученных студентом теоретических знаний и умений применять эти знания на практике. Зачет состоит из двух этапов. На первом этапе студенты должны выполнить два практических задания. Второй этап включает теоретические вопросы. Второй этап зачета может проводиться в форме устных ответов, а также выполнения теста и кейс-заданий.

Для оценки **знаний** используются результаты устных опросов, контрольных работ, тестирования и написания рефератов. Для подготовки к устным ответам, выполнению письменных контрольных работ и

тестированию студентам предлагаются контрольные вопросы к соответствующему модулю.

Контрольные вопросы к 1 модулю (1-я точка рейтинг- контроля)

1. Понятие здоровья, его определение
2. Уровни здоровья
3. Показатели индивидуального и общественного здоровья.
4. Образ жизни и здоровье. Здоровый образ жизни.
5. Факторы риска здоровью.
6. Формирование здорового образа жизни.
7. Основы здорового питания.
8. Гиподинамия, причины, последствия для здоровья.
9. Стрессы, причины, влияние на здоровье. Профилактика стрессов.
10. Курение, статистика распространения, влияние на здоровье.
11. Алкоголизм, его медицинские и социальные последствия.
12. Наркомания, причины, медицинские и социально-экономические последствия наркомании. Профилактика зависимости от ПАВ.
13. Значение личной гигиены для больного
13. Уход за кожей, волосами, полостью рта. Профилактика пролежней.
14. Терморегуляция организма. Измерение температуры тела. Лихорадка, уход за лихорадящими больными.
15. Пульс, его характеристика. Исследование пульса.
16. Артериальное давление, его показатели и методы измерения.
17. Дыхание, виды нарушений дыхания.
18. Показания и противопоказания для применения мер воздействия на кровообращение.
19. Применение холода, показания и техника применения холода.
20. Применение тепла, показания и техника применения тепловых процедур.

Контрольные вопросы ко 2 модулю (2-я точка рейтинг - контроля)

1. Определение болезни. Причины и механизм развития болезней.
2. Периоды и течение болезней.
3. Симптомы и синдромы болезней.
4. Острый и хронический бронхиты, причины, симптомы. Принципы лечения и профилактика.
5. Бронхиальная астма. Этиология и патогенез. Признаки приступа бронхиальной астмы и первая помощь при нем.
6. Гипертоническая болезнь, факторы риска. Симптомы, стадии, обострение гипертонической болезни (гипертонический криз).
7. Первая помощь при гипертоническом кризе.
8. ИБС. Факторы риска. Механизм развития стенокардии и инфаркта миокарда.
9. Клиническая картина приступа стенокардии и инфаркта миокарда. Первая помощь при сердечном приступе.
10. Обморок, его причины. Симптомы и первая помощь при обмороке.

11. Острый гастрит, этиология, клиническая картина. Первая помощь при остром гастрите.
12. Понятие о язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки. Первая помощь при желудочно-кишечном кровотечении.
13. Энтериты и колиты. Этиология, клиническая картина, профилактика.
14. Сахарный диабет. Этиология, основные симптомы. Социальное значение и профилактика сахарного диабета.
15. Осложнения сахарного диабета: гипергликемическая (диабетическая) и гипогликемическая комы. Первая помощь при гипогликемической коме.
16. Почечная колика, причины, признаки и первая помощь при приступе почечной колики.

Оценка **умений** применять полученные знания осуществляется с помощью кейс-метода. Кейс-метод для оценки умений по оказанию первой помощи при неотложных состояниях представлен в виде ситуационных задач, приближенных к реальной ситуации.

Оценка **владений** приемами по уходу за больными и оказанию первой помощи больным при неотложных состояниях осуществляется по результатам выполнения практических заданий.

Планы практических занятий и методические рекомендации к ним

На практических занятиях студенты знакомятся с предметами ухода за больными и правилами обращения с ними. Осваивают технику измерения температуры тела, пульса, давления, дыхания у своих коллег по учебной группе. Отрабатывают на фантомах-тренажерах смену нательного и постельного белья, применение компрессов, технику подкожных и внутримышечных инъекций.

Тема 3. Личная гигиена больного. Измерение температуры тела

План занятия:

1. Значение ухода за больными. Роль личной гигиены больного в процессе его лечения и выздоровления.
2. Положение больного в постели. Смена нательного и постельного белья.
3. Уход за кожей, волосами и ногтями больного. Профилактика пролежней.
4. Промывание желудка.
5. Питание больных.
6. Терморегуляция организма человека. Температура тела и ее оценка.
7. Техника измерения температуры тела.
8. Уход за лихорадящими больными.

Тема 4. Пульс, дыхание, давление и техника их измерения

План занятия:

1. Пульс и его характеристика. Техника определения характеристики пульса.
2. Артериальное давление, его характеристика. Техника измерения давления.

3. Дыхание, его характеристика. Техника определения дыхания. Нарушения дыхания: одышка, астма, асфиксия.

Тема 5. Меры воздействия на кровообращение

1. Обоснование механизма действия, показания и противопоказания для применения мер воздействия на кровообращение.

2. Применение тепла: согревающего компресса, грелки, сухих банок, горчичников.

3. Применение холода.

4. Лечебные ванны: общие и местные.

Тема 6. Применение лекарственных средств

1. Понятие о лекарственных средствах. Лекарственные формы.

2. Способы применения лекарственных веществ.

3. Наружное применение лекарственных веществ.

4. Внутренне введение лекарственных веществ.

5. Парентеральное введение лекарственных веществ. Техника подкожных и внутримышечных инъекций.

6. Ингаляции.

Методические рекомендации по отработке практических навыков по разделу «Основы ухода за больными»

1. Смена постельного белья тяжелобольному

- чистую простыню скатать до половины по длине;

- из-под головы больного убрать подушку;

- подвинуть больного к краю кровати, повернув его на бок;

- грязную простыню скатать по направлению к больному;

- на освободившейся части постели расстелить чистую простыню;

- повернуть больного на спину, затем на другой бок так, чтобы он оказался на чистой простыне;

- убрать грязную простыню и расправить до конца чистую. Края чистой простыни подвернуть под матрац;

- убрать грязное белье и вымыть руки.

2. Профилактика пролежней

- ежедневный осмотр подмышечных впадин, паховых складок, складок под молочными железами, а также областей затылка, лопаток, крестца, ягодиц, икроножных мышц;

- перестилать постель больному и следить за тем, чтобы на простыне не было складок и крошек от пищи;

- под крестец и копчик подкладывать резиновый круг, помещенный в чехол и под затылок, локти, пятки подкладывать ватно-марлевые круги;

дважды в день обмывать вышеперечисленные участки тела больного теплой водой с последующим тщательным высушиванием:

3. Обработка пролежней

Оснащение: резиновый круг, ватно-марлевые круги, ватные тампоны, 10% раствор камфарного спирта, 5% раствор перманганата калия.

Выполнение:

- перестелить постель больному;
- два раза в день обрабатывать проблемные участки кожи больного камфорным спиртом или перманганатом калия;
- после обработки просушить кожу больного.

4. Кормление тяжелобольных

Оснащение: столовые приборы, поильник

Выполнение:

- протереть прикроватный столик;
- рассказать больному, какое блюдо приготовлено для него;
- повернуть больного на бок или придать ему полусидячее положение;
- шею и грудь больного прикрыть салфеткой и кормить его маленькими порциями с ложки или из поильника маленькими глотками;
- после приема пищи дать воды и попросить больного прополоскать рот;
- убрать с груди больного салфетку и помочь ему удобно лечь.

5. Исследование пульса на лучевой артерии

Оснащение: часы с секундомером, рабочая тетрадь.

Выполнение:

- наложить на лучевую артерию в области запястья 2,3,4, пальцы и слегка прижать мягкие ткани предплечья к кости и почувствовать эластические пульсирующие волны, связанные с движением крови по сосуду;
- определить число пульсовых волн за определенное время (30 сек, 1 мин);
- определить ритмичность пульса;
- определить напряжение пульса по силе сдавливания лучевой артерии до прекращения в ней пульсации;
- оценить наполнение пульса по субъективному ощущению под пальцами исследующего;
- записать полученные результаты и дать характеристику пульса.

6. Техника измерения артериального давления

Оснащение: тонометр, фонендоскоп, бумага, рабочая тетрадь.

Выполнение:

- правильно определить положение руки пациента;
- наложить манжетку тонометра на обнаженное плечо пациента на 2-3 см выше локтевого сгиба, плотно закрепить ее без сильного сдавливания мягких тканей при помощи застежки;
- соединить манометр с манжеткой, проверить положение стрелки относительно нулевой отметки шкалы;
- определить пульс на лучевой артерии в локтевой ямке и установить в это место фонендоскоп;
- закрыть вентиль на груше тонометра и накачать воздух в манжетку до показаний тонометра выше нормы данного пациента на 20-30 мм рт. ст.;
- открыть вентиль и медленно выпускать воздух из манжетки, одновременно внимательно выслушивать тона на лучевой артерии и следить за показаниями тонометра;
- отметить показания тонометра в момент появления первых звуков и в момент их полного исчезновения;

- записать в виде дроби систолическое/диастолическое давление;
- повторить измерение дважды с интервалом в 5-10 мин и записать средние результаты;
- оценить полученные результаты.

7. Постановка согревающего компресса на ухо

Оснащение: марлевая салфетка из 6-8 слоев марли, полиэтиленовая пленка, вата,, бинт, 40% спирт (водка).

Выполнение:

- разрезать марлевую салфетку и полиэтиленовую пленку по середине по размеру ушной раковины;
- смочить салфетку спиртом, отжать ее и плотно приложить на сухую кожу вокруг ушной раковины;
- вторым слоем поверх марлевой салфетки положить полиэтиленовую пленку, края которой на 1 см перекрывают со всех сторон влажную салфетку;
- полиэтиленовую пленку накрыть толстым слоем ваты, который также больше по размерам предыдущего слоя;
- закрепить компресс бинтом или косынкой и оставить на 6-8 часов.

8. Наружное (местное) применение лекарственных веществ

Оснащение: лекарственное средство во флаконе, пипетка, если ее нет во флаконе, салфетки.

Выполнение:

- вымыть руки;
- проверить соответствие названия лекарства и количество капель назначению врача;
- при закапывании капель в нос предварительно очистить его, затем приподнять голову пациента и закапать лекарственное вещество в нижний носовой ход одной ноздри и наклонить голову в ту же сторону;
- попросить пациента подержать в таком положении голову 2-3 минуты;
- повторить процедуру для другой ноздри;
- при закапывании капель в глаза оттянуть нижнее веко и, и не касаясь ресниц, закапать капли в конъюнктивальную складку нижнего века одного, а затем другого глаза;
- убрать излишки лекарств и слезы промокательным движением при помощи салфетки;
- при закапывании капель в ухо наклонить голову пациента в сторону здорового уха, левой рукой оттянуть ушную раковину больного уха кзади и кверху для выпрямления наружного слухового прохода;
- правой рукой с помощью пипетки закапать нужное количество лекарственного средства в наружный слуховой проход и удерживать голову пациента в наклоненном положении в течение 10-15 минут, после чего осушить ушную раковину с помощью салфетки или ватного тампона, наклонив голову в противоположную сторону. Так как держать голову в наклонном положении трудно, при закапывании капель в ухо пациенту лучше лежать на боку.

10. Парентеральное применение лекарственных веществ

Оснащение: шприцы одноразовые, ампулы с лекарственным средством, вата, спирт (имитация), фантомы.

Выполнение подкожных инъекций:

- тщательно вымыть руки и обработать их спиртом;
- вскрыть упаковку шприца, присоединить к нему иглу;
- открыть ампулу с лекарством и набрать его в шприц;
- придать шприцу строго вертикальное положение и выпустить воздух из шприца до появления струйки из иглы;
- обработать место инъекции ватным тампоном, смоченным спиртом;
- одной рукой взять кожу в складку, а другой ввести в основание складки иглу под углом 45 градусов на глубину 3-4см;
- снять руку с кожной складки, перенести ее на поршень шприца и ввести лекарство;
- извлечь иглу, прижимая место инъекции спиртовым тампоном.

Выполнение внутримышечных инъекций:

- тщательно вымыть руки и обработать их ватным тампоном, смоченным спиртом;
- растянуть кожу в месте инъекции пальцами одной руки, а второй рукой ввести иглу в мышцы, держа шприц строго под углом 90 градусов;
- перенести вторую руку на поршень шприца и ввести лекарственное средство;
- извлечь иглу, прижав место инъекции спиртовым тампоном.

Темы рефератов для самостоятельной работы студентов и методические рекомендации по их выполнению

Цель выполнения реферата – научить обучающихся осмысливать полученные теоретические знания, уметь находить дополнительную информацию, которая более подробно или более широко раскрывает исследуемую тему. Обучающимся предлагаются два варианта выполнения рефератов:

- 1) Письменное выполнение реферата, затем устное изложение материала во время практического занятия (семинара), ответы на вопросы аудитории и преподавателя и получение бальной оценки в рамках рейтинговой системы оценки знаний;
- 2) Развернутый письменный анализ изученного материала с последующей проверкой преподавателем и ее оценкой.

Основные требования к выполнению реферата: реферат должен включать вступление, основную часть, заключение и наличие оформленного библиографического списка, содержащего не менее пяти источников.

Выбор темы осуществляется студентами самостоятельно. Кроме предложенной примерной тематики рефератов обучающиеся могут выполнять рефераты по всем изучаемым темам дисциплины. Темы рефератов должны согласовываться с преподавателем.

1. ОРВИ и грипп, меры их профилактики
2. Факторы риска сердечно-сосудистых заболеваний

3. Сахарный диабет. Профилактика сахарного диабета
4. Острые отравления. Первая помощь при алкогольном и наркотическом отравлении
5. Туберкулез у детей. Профилактика детского туберкулеза
6. Кишечные инфекции и их профилактика
7. Инфекции, передаваемые половым путем, их профилактика
8. Первая помощь при неотложных состояниях (обмороке, гипертоническом кризе, сердечном приступе)
9. Нарушения зрения и слуха у детей и их профилактика в образовательных учреждениях
10. Профилактика детского травматизма при занятиях физической культурой

Требования к рейтинг-контролю

Модули	Вид контроля	Количество баллов
1	Текущий контроль (устный опрос, контрольные работы) Рубежный контроль (тест, кейс-задания)	20 баллов 30 баллов Всего: 50 баллов
2	Текущий контроль (устный опрос, контрольные работы, практические навыки) Рубежный контроль (решение ситуационных задач)	20 баллов 30 баллов Всего: 50 баллов

VIII. Перечень педагогических и информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (или модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (по необходимости)

Педагогические технологии: При изучении дисциплины «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» применяются как традиционные образовательные технологии, так и инновационные технологии. При общепринятых формах обучения - лекциях, семинарских и практических занятиях используются элементы интерактивного обучения. Лекционный курс сопровождается презентациями и различными формами визуализации. На практических занятиях студенты выполняют кейс-задания и отрабатывают практические навыки по уходу за больными и оказанию первой помощи при неотложных состояниях. Инновационные технологии (методы проблемного и проективного обучения) направлены на повышение качества подготовки бакалавров путем развития у обучающихся творческих

способностей и самостоятельности. Для отработки навыков и владений применяется метод симуляционного обучения, позволяющий быстро и качественно достичь эффективного выполнения практических навыков.

Компьютерные информационно-коммуникационные технологии (мультимедиа-технологии, интернет-технологии).

Перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

Google Chrome – бесплатно

Kaspersky Endpoint Security 10 для Windows – Акт на передачу прав №2129 от 25 октября 2016 г.

MS Office 365 pro plus - Акт приема-передачи № 369 от 21 июля 2017

Microsoft Windows 10 Enterprise - Акт приема-передачи № 369 от 21 июля 2017

IX. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине (или модулю)

Комплект учебной мебели. Переносной ноутбук, переносной проектор.

Наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающие тематические иллюстрации.

Переносной комплект: Тонмометр CS-105 механический +фонендоскоп Противогоаз ГП-5 Тренажер сердечно-легочной и мозговой реанимации Т-12 "Максим III-01" изолирующие противогазы; фильтрующие противогазы ГП-5,7; респираторы; ватно-марлевые повязки; аптечки индивидуальные АИ-2, АИ-4; индивидуальные противохимические пакеты, ИПП-8, ИПП-11 индивидуальные перевязочные пакеты; таблицы для оценки радиационной обстановки; таблицы для оценки химической обстановки; муляжи внутренних органов; наборы-укладки и фантомы для производства инъекций; тренажер для реанимации; медицинские средства для оказания первой помощи (бинты, вата, жгуты, шприцы, шины, перчатки и т.д.).

Наглядные пособия: плакаты по внутренним болезням; плакаты по травмам; плакаты по ЧС; плакаты по защите населения; стенды по темам дисциплины. Спирт и спиртовые салфетки для обработки противогазов, фонендоскопов и термометров.

X Сведения об обновлении рабочей программы дисциплины (или модуля)

№п.п.	Обновленный раздел рабочей программы дисциплины (или модуля)	Описание внесенных изменений	Дата и протокол заседания кафедры, утвердившего изменения
1.	Титульный лист	Изменена фамилия руководителя ООП	Протокол № 1 от 29.09.2017

2.	Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине	Представлены типовые контрольные задания для проверки уровня сформированности компетенций	Протокол № 2 от 06.10.2017
3.	Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	Обновлен перечень основной и дополнительной учебной литературы	Протокол № 6 от 25.01.2018
4.	Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	Обновлен перечень основной и дополнительной учебной литературы	Протокол №11 от 30.06.2022