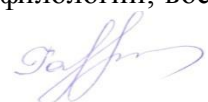


МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ  
ФГБОУ ВО «БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
ФАКУЛЬТЕТ БАШКИРСКОЙ ФИЛОЛОГИИ, ВОСТОКОВЕДЕНИЯ И  
ЖУРНАЛИСТИКИ

Утверждено:  
на заседании кафедры  
протокол № 10 от «21» апреля 2020 г.  
И.о.зав.каф. Ахмадеев А.В.



Согласовано:  
Председатель УМК факультета башкирской  
филологии, востоковедения и журналистики  
Гареева Г.Н.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

дисциплина Основы медицинских знаний и ЗОЖ

Обязательная часть

**программа бакалавриата**

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

Направленность (профиль) подготовки  
Родной (башкирский) язык и литература, Русский язык

Квалификация  
Бакалавр

Разработчик (составитель)  
проф., доктор медицинских наук



/ Ахмадеев А.В./

Для приема: 2020

Уфа 2020 г.

Составитель: доктор медицинских наук, профессор Ахмадеев А.В.

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и утверждена на заседании кафедры экологии и безопасности жизнедеятельности, протокол № 25 от «10» июня 2019 г.

Дополнения и изменения, внесенные в рабочую программу дисциплины, утверждены на заседании кафедры экологии и безопасности жизнедеятельности (обновлены перечень основной и дополнительной литературы, лицензионное программное обеспечение, базы данных и информационные справочные системы), протокол № 10 от «21» апреля 2020 г.

И.о. зав. кафедрой



/ Ахмадеев А.В.

Дополнения и изменения, внесенные в рабочую программу дисциплины, утверждены на заседании кафедры \_\_\_\_\_, протокол № \_\_\_\_ от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_ г.

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ Ф.И.О/

Дополнения и изменения, внесенные в рабочую программу дисциплины, утверждены на заседании кафедры \_\_\_\_\_, протокол № \_\_\_\_ от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_ г.

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ Ф.И.О/

Дополнения и изменения, внесенные в рабочую программу дисциплины, утверждены на заседании кафедры \_\_\_\_\_, протокол № \_\_\_\_ от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_ г.

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ Ф.И.О/

### Список документов и материалов

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	4
2. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы	4
3. Содержание рабочей программы (объем дисциплины, типы и виды учебных занятий, учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся)	4
4. Фонд оценочных средств по дисциплине	5
4.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	5
4.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций	6
4.3. Рейтинг-план дисциплины	6
5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	13
5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	13
5.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и программного обеспечения, необходимых для освоения дисциплины	14
6. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине	14

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

В результате освоения образовательной программы обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине:

Категория (группа) компетенций	Формируемая компетенция (с указанием кода)	Код и наименование индикатора достижения компетенции
Безопасность жизнедеятельности	УК-8. Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	ИУК 8.1. Знает: научно обоснованные способы поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов; виды опасных ситуаций; способы преодоления опасных ситуаций; приемы первой медицинской помощи; основы медицинских знаний.
		ИУК 8.2. Умеет: создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности; различать факторы, влекущие возникновение опасных ситуаций; предотвращать возникновение опасных ситуаций, в том числе на основе приемов по оказанию первой медицинской помощи и базовых медицинских знаний.
		ИУК 8.3. Владеет: навыками создания и поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе в условиях чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов, а также предотвращения возникновения опасных ситуаций; приемами первой медицинской помощи; базовыми медицинскими знаниями, необходимыми для поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.

## 2. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Основы медицинских знаний и ЗОЖ» относится к обязательной части.

Дисциплина изучается на 1 курсе во 2 семестре.

Целью учебной дисциплины «Основы медицинских знаний и ЗОЖ» является формирование знаний в области основ медицинских знаний, здорового образа жизни и практических навыков сохранения и укрепления здоровья.

Сформированные в ходе изучения курса компетенции могут быть реализованы во время выполнения научно-исследовательской работы, подготовки выпускной квалификационной работы (ВКР), а также в дальнейшей профессиональной работе. Поэтому изучение анатомии, физиологии гигиены, следует рассматривать как важнейшее звено в системе подготовки специалиста по направлению «Педагогическое образование» по профилям «Родной (башкирский) язык и литература, Русский язык».

## 3. Содержание рабочей программы (объем дисциплины, типы и виды учебных занятий, учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся)

Содержание рабочей программы представлено в Приложении № 1.

#### 4. Фонд оценочных средств по дисциплине

##### 4.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Планируемые результаты обучения (индикаторы достижения заданного уровня освоения компетенций)	Критерии оценивания результатов обучения	
	Не зачтено	Зачтено
ИУК 8.1. Знает: научно обоснованные способы поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов; виды опасных ситуаций; способы преодоления опасных ситуаций; приемы первой медицинской помощи; основы медицинских знаний.	Не знает научно обоснованные способы поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов; видов опасных ситуаций; способы преодоления опасных ситуаций; приемы первой медицинской помощи; основы медицинских знаний.	Знает научно обоснованные способы поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов; видов опасных ситуаций; способы преодоления опасных ситуаций; приемы первой медицинской помощи; основы медицинских знаний.
ИУК 8.2. Умеет: создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности; различать факторы, влекущие возникновение опасных ситуаций; предотвращать возникновение опасных ситуаций, в том числе на основе приемов по оказанию первой медицинской помощи и базовых медицинских знаний.	Не умеет создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности; различать факторы, влекущие возникновение опасных ситуаций; предотвращать возникновение опасных ситуаций, в том числе на основе приемов по оказанию первой медицинской помощи и базовых медицинских знаний.	Умеет создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности; различать факторы, влекущие возникновение опасных ситуаций; предотвращать возникновение опасных ситуаций, в том числе на основе приемов по оказанию первой медицинской помощи и базовых медицинских знаний.
ИУК 8.3. Владеет: навыками создания и поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе в условиях чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов, а также предотвращения возникновения опасных ситуаций; приемами первой медицинской помощи; базовыми медицинскими знаниями, необходимыми для поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.	Не владеет навыками создания и поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе в условиях чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов, а также предотвращения возникновения опасных ситуаций; приемами первой медицинской помощи; базовыми медицинскими знаниями, необходимыми для поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.	Владеет навыками создания и поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе в условиях чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов, а также предотвращения возникновения опасных ситуаций; приемами первой медицинской помощи; базовыми медицинскими знаниями, необходимыми для поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.

Критериями оценивания являются баллы, которые выставляются преподавателем за виды деятельности (оценочные средства) по итогам изучения модулей (разделов дисциплины), перечисленных в рейтинг-плане дисциплины (для экзамена: текущий контроль – максимум 40 баллов; рубежный контроль – максимум 30 баллов, поощрительные баллы – максимум 10; для зачета: текущий контроль – максимум 50 баллов; рубежный контроль – максимум 50 баллов, поощрительные баллы – максимум 10).

**4.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций**

Компетенция (с указанием кода)	Результаты обучения <i>Индикатор достижения компетенции (с кодом)</i>	Оценочные средства
УК-8. Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций	ИУК 8.1. Знает: научно обоснованные способы поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов; виды опасных ситуаций; способы преодоления опасных ситуаций; приемы первой медицинской помощи; основы медицинских знаний.	Доклад Тестирование
	ИУК 8.2. Умеет: создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности; различать факторы, влекущие возникновение опасных ситуаций; предотвращать возникновение опасных ситуаций, в том числе на основе приемов по оказанию первой медицинской помощи и базовых медицинских знаний.	Собеседование
	ИУК 8.3. Владеет: навыками создания и поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе в условиях чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов, а также предотвращения возникновения опасных ситуаций; приемами первой медицинской помощи; базовыми медицинскими знаниями, необходимыми для поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.	Тестирование Контрольная работа

### 4.3. Рейтинг-план дисциплины

Рейтинг–план дисциплины представлен в приложении 2.

#### *Примеры тестовых заданий*

##### *Модуль 1*

**1. Какое направление в оздоровлении человека XXI века является приоритетным?**

- а) социальное;
- б) соматическое;
- в) психическое;
- г) духовно-нравственное.

**2. Какие заболевания по частоте случаев занимают первое место в России?**

- а) заболевания сердечно-сосудистой системы;

- б) заболевания дыхательной системы;
- в) заболевания нервной системы;
- г) онкологические заболевания.

**3. Какие заболевания в структуре причин смертности населения занимают первое место?**

- а) онкологические заболевания;
- б) заболевания сердечно-сосудистой системы;
- в) травматизм и отравления;
- г) заболевания дыхательной системы

**4. Назовите среднюю продолжительность жизни мужчин и женщин в России?**

- а) 58, 74 года;
- б) 65, 56 лет;
- в) 60, 65 лет;
- г) 80, 90 лет

**5. Какие основные показатели характеризуют здоровье как социальную категорию?**

- а) рождаемость;
- б) смертность;
- в) уровень образованности;
- г) уровень заболеваемости;
- д) уровень обеспеченности;
- ж) продолжительность жизни.

**6. К основным факторам, определяющим здоровье детей, относят:**

- а) здоровье родителей;
- б) особенности течения беременности;
- в) микроклимат и уровень жизни семьи;
- г) обстановку в республике;
- д) курс доллара;
- е) качество воздуха и воды;
- ж) международные отношения.

**7. Если сумму факторов, определяющих здоровье, принять за 100%, то какую долю будут составлять услуги здравоохранения?**

- а) 10%;
- б) 15%;
- в) 20%;
- г) 30%;
- д) 40%.

**8. Что такое норма в медицине?**

- а) фикция, не поддающаяся научному определению;
- б) норма зависит от личного мнения врача;
- в) каждый человек в известном смысле ненормален;
- г) норма для каждого человека – явление объективное, строго индивидуальная, реально ему присущая;
- д) норма – это зона оптимального функционирования системы.

**9. Взаимодействие возбудителя заболевания с восприимчивым организмом называется ...**

- а) инфекционным процессом;
- б) эпидемическим процессом;
- в) началом заболевания;
- г) защитной реакцией организма.

**10. Инкубационный период инфекционного заболевания начинается с момента ...**

- а) проявления общих признаков недомогания;
- б) выделения возбудителя у источника заболевания;
- в) проникновения возбудителя в организм до появления первых признаков болезни;
- г) контакта источника с восприимчивым организмом.

## **Модуль 2**

### **1. К терминальным состояниям относятся ...**

- а) клиническая смерть, биологическая смерть;
- б) потеря сознания, остановка дыхания, остановка сердца, гибель мозга;
- в) остановка сердца и дыхания, гибель коры головного мозга, гибель всего мозга;
- г) предагония, агония, клиническая смерть.

### **2. Продолжительность клинической смерти в нормальных условиях составляет ...**

- а) 30-40 сек.;
- б) 1-2 мин.;
- в) 4-6 мин.;
- г) 10-15 мин.

### **3. Отсутствие сердечной и дыхательной деятельности, появление «кошачьего зрачка», «селедочного блеска» роговицы глаза, окоченение с дальнейшим появлением трупных пятен, характерны для ...**

- а) клинической смерти;
- б) биологической смерти;
- в) коллапса;
- г) комы

### **4. Проведение реанимационных мероприятий необходимо только ...**

- а) в предагональном состоянии;
- б) в агональном состоянии;
- в) в состоянии клинической смерти;
- г) в торпидной фазе шока

### **5. Прекардиальный удар осуществляется с расстояния \_\_\_\_ см.**

- а) 5;
- б) 10;
- в) 30;
- г) 50

### **6. При проведении закрытого массажа сердца взрослого человека грудина должна смещаться на \_\_\_\_ сантиметр (-а, -ов).**

- а) 1;
- б) 3;
- в) 6;
- г) 9

### **7. К ранам, приводящим к быстрому развитию травматического шока, относятся ...**

- а) огнестрельные;
- б) резаные;
- в) ушиблено-рваные;
- г) колотые

### **8. Тяжелый травматический шок развивается при уменьшении объема циркулирующей крови на \_\_\_\_ %.**

- а) 1;
- б) 3;
- в) 5;



г) 30

**9. Признаками правильно наложенного жгута являются...**

- а) остановка кровотечения, побледнение кожи, отсутствие пульса на периферической артерии;
- б) остановка кровотечения, потеря чувствительности на периферии;
- в) похолодание кожи конечности, остановка кровотечения;
- г) остановка кровотечения, синюшный оттенок кожи

**10. Наиболее опасным для жизни является кровотечение ...**

- а) венозное;
- б) артериальное;
- в) капиллярное;
- г) смешанное

**Доклад** – подготовленный студентом самостоятельно сделанный отчет по представлению полученных результатов решения определенной учебно-практической, учебно-исследовательской или научной проблемы. Данное задание частично регламентированное, имеющее нестандартное подачу материала и позволяющее диагностировать у студентов умения интегрировать знания различных областей, аргументировать собственную точку зрения. Может выполняться в индивидуальном порядке или группой обучающихся.

Количество и вес критериев оценки доклада зависят от того, является ли доклад единственным объектом оценивания или он представляет собой только его часть.

Доклад как единственное средство оценивания эффективен, прежде всего, тогда, когда студент представляет результаты своей собственной учебно/научно-исследовательской деятельности, и важным является именно содержание и владение представленной информацией. В этом случае при оценке доклада может быть использована любая совокупность из следующих *критериев*:

- ✓ соответствие выступления теме, поставленным целям и задачам;
- ✓ проблемность / актуальность;
- ✓ новизна / оригинальность полученных результатов;
- ✓ глубина / полнота рассмотрения темы;
- ✓ доказательная база / аргументированность / убедительность / обоснованность выводов;
- ✓ логичность / структурированность / целостность выступления;
- ✓ речевая культура (стиль изложения, ясность, четкость, лаконичность, красота языка, учет аудитории, эмоциональный рисунок речи, доходчивость, пунктуальность, невербальное сопровождение, оживление речи афоризмами, примерами, цитатами и т.д.);
- ✓ используются ссылки на информационные ресурсы (сайты, литература);
- ✓ наглядность / презентабельность (если требуется);
- ✓ самостоятельность суждений / владение материалом / компетентность.

Если доклад сводится к краткому сообщению (10 минут), может сопровождаться презентацией (10-15 слайдов) и не может дать полного представления о проведенной работе, то необходимо оценивать ответы на вопросы и, если есть, отчет/пояснительную записку.

*Параметры оценочного средства (пример для доклада)*

Предлагаемое количество тем	20
Предел длительности контроля	Общее время 90 мин.
Критерии оценки: - соответствие выступления теме, поставленным целям и задачам; - показал понимание темы, умение критического анализа информации; - продемонстрировал знание методов изучения ... и умение их применять;	макс 5 баллов

- обобщил информацию с помощью таблиц, схем, рисунков и т.д.;	
- сформулировал аргументированные выводы;	
- оригинальность и креативность при подготовке презентации;	
«5», если задание выполнено полностью	5 баллов
«4», если задание выполнено с незначительными погрешностями	4 баллов
«3», если обнаруживает знание и понимание большей части задания	3 баллов

### Темы докладов по учебному курсу:

1. Здоровье и факторы, его определяющие.
2. Факторы, разрушающие здоровье человека.
3. Народные традиции как основа здорового образа жизни.
4. Взаимосвязь конституциональных особенностей человека и его предрасположенности к различным заболеваниям.
5. Адаптация. Стресс-лимитирующие системы организма.
6. Курение и репродуктивная функция женщин.
7. Курение и здоровье мужчин.
8. Профилактика инфекционных заболеваний.
9. Опасные инфекционные заболевания.
10. Артериальная гипертония у подростков.
11. Диабет – болезнь XXI века..
12. СПИД и будущее нации.
13. Проблема наркомании.
14. Проблемы детского алкоголизма.
15. Гиподинамия и здоровье.
16. Профилактика стресса.
17. Профилактика детских неврозов. Принципы моделирования эргономичной жизни ребенка.
18. Информационный стресс и здоровье школьников.
19. Заболевания сердечно-сосудистой системы.
20. Гипоталамический синдром у подростков и женщин.

**Собеседование** - средство контроля, организованное как специальная беседа с обучающимся на темы, связанные с изучаемой (проработанной) темой и служащая для оценки степени навыка формируемой компетенции, рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу, теме, проблеме, умение анализировать и обобщать материал.

#### *Критерии оценки собеседования:*

- 5 баллов выставляется студенту, если точно используется специализированная терминология, понятия; в ответе отслеживается четкая структура, выстроенная в логической последовательности; ответ изложен литературным грамотным языком. Студент показал отличное владения навыками применения полученных знаний и умений при решении профессиональных задач в рамках усвоенного учебного материала.

- 4 балла выставляется студенту, если в ответе допущены неточности при освещении основного содержания ответа, неточно используется специализированная терминология, понятия, не имеет определенной логической последовательности. Студент показал хорошие владения навыками применения полученных знаний и умений при решении профессиональных задач в рамках усвоенного учебного материала.

- 3 балла выставляется студенту, если нет общего понимания вопроса, имеются затруднения или допущены ошибки в определении понятий, использовании терминологии. Студент показал удовлетворительное владение навыками применения полученных знаний и умений при решении профессиональных задач в рамках усвоенного учебного материала.

- 2 балла выставляется студенту, если проявил неудовлетворительное владение материалом работы и не смог ответить на большинство поставленных вопросов по теме. Студент продемонстрировал недостаточный уровень владения умениями и навыками при решении профессиональных задач в рамках усвоенного учебного материала.

- 0-1 балл выставляется студенту, если нет понимания вопроса, допущены ошибки в определении понятий, использовании терминологии, не смог ответить ни на один поставленный вопрос по теме. Студент продемонстрировал полное отсутствие владения умениями и навыками при решении профессиональных задач в рамках усвоенного учебного материала.

#### **Темы для собеседования по учебному курсу:**

1. Понятие о болезни. Основные принципы профилактики.
2. Структура и анализ заболеваемости детей различных возрастных групп.
3. Основы микробиологии и эпидемиологии. Эпидемический и инфекционный процесс. Эпидемический очаг.
4. Основы иммунологии. Определение понятия иммунитет. Виды иммунитета. Прививки.
5. Основные группы инфекционных заболеваний. Меры профилактики.
6. Клинические признаки отдельных инфекций.
7. Понятие о неотложных состояниях. Причины и факторы их вызывающие. Приемы оказания первой помощи при сердечно-сосудистой патологии.
8. Неотложные состояния при заболеваниях дыхательной системы и лихорадке. Оказание первой медицинской помощи. Анафилактический шок: признаки, оказание помощи.
9. Неотложные состояния при заболеваниях пищеварительной и эндокринной систем. Оказание первой помощи.
10. Понятие о смерти и ее этапах. Основные предметы сердечно-легочной реанимации.

#### **Задания для контрольной работы**

Описание контрольной работы: Контрольная работа направлена на оценивание усвоения знаний, умений и навыков у студента. Студенту предстоит ответить на три вопроса.

#### **Контрольная работа №1**

##### **Вариант 1**

1. Определение понятий здоровье и болезнь. Факторы, влияющие на здоровье детей и подростков.
2. Здоровый образ жизни как биологическая и социальная проблема.
3. Понятие о болезни. Понятие о микробиологии, иммунологии и эпидемиологии.

##### **Вариант 2**

1. Проблемы здоровья учащихся различных возрастных групп. Основные признаки нарушения здоровья ребенка.
2. Основные методы оздоровления и укрепления здоровья. Профилактика вредных привычек.
3. Меры профилактики наиболее распространенных инфекционных заболеваний (туберкулез, гепатит, СПИД, клещевой энцефалит, бешенство, столбняк).

#### **Контрольная работа № 2**

##### **Вариант 1**

1. Понятие о неотложных состояниях. Причины и факторы, их вызывающие.

2. Комплекс сердечно-легочной реанимации и показания к ее проведению, критерии ее эффективности.

3. Меры профилактики и первой помощи при термических поражениях.

### **Вариант 2**

1 Диагностика и приемы первой медицинской помощи при неотложных состояниях.

2. Характеристика детского травматизма. Меры профилактики травм и первая помощь при них.

3. Оказание первой помощи при кровотечениях.

### *Шкала оценивания (за 1 вопрос):*

«5 баллов» - вопрос раскрыт полностью, точно обозначены основные понятия и характеристики по теме.

«4 балла» - вопрос раскрыт, однако нет полного описания всех необходимых элементов.

«3 балла» - вопрос раскрыт не полно, однако есть некоторое понимание раскрываемых понятий.

«2 балла» - вопрос раскрыт не полно, присутствуют грубые ошибки.

«0-1 балл» - ответ на вопрос отсутствует или в целом не верен.

### **Контрольные вопросы для подготовки к зачету**

1. Дать понятие о неотложных состояниях.
2. Оказание первой медицинской помощи при обмороке.
3. Оказание первой медицинской помощи при коллапсе.
4. Оказание первой медицинской помощи при шоке.
5. Оказание первой медицинской помощи при стенокардии.
6. Оказание первой медицинской помощи при инфаркте миокарда.
7. Техника подкожных инъекций на фантоме.
8. Техника внутримышечных инъекций на фантоме.
9. Техника измерения артериального давления.
10. Определение частоты пульса и дыхания.
11. Применение горчичников, компрессов, медицинских банок.
12. Оказание первой медицинской помощи при отеке гортани.
13. Оказание первой медицинской помощи при приступе бронхиальной астмы.
14. Оказание первой медицинской помощи при тяжелой пневмонии.
15. Оказание первой медицинской помощи при почечной и печеночной коликах.
16. Оказание первой медицинской помощи при сахарном диабете (диабетической и гипергликемической комах).
17. Оказание первой медицинской помощи при различных отравлениях.
18. Оказание первой медицинской помощи при желудочном и кишечном кровотечениях.
19. Техника проведения ингаляций в домашних условиях.
20. Техника промывания желудка.
21. Правила применения грелки и пузыря со льдом.
22. Техника проведения клизм.
23. Травмы. Основные виды травм. Осложнения травм.
24. Детский травматизм и его виды.
25. Травматический шок.
26. Кровотечения, способы остановки кровотечений.
27. Переломы костей, транспортная иммобилизация.
28. Синдром длительного сдавления. Первая помощь.
29. Ожоги. Первая помощь, меры профилактики.

30. Отморожения. Первая помощь, меры профилактики.
31. Наложить повязку «чепец».
32. Дать понятие о микробах, и их классификации.
33. Эпидемический процесс, его звенья. Основные формы эпидемического процесса. Что называется эпидемическим очагом?
34. Дезинфекция, ее виды и способы.
35. Дезинсекция, дератизация, их виды и способы.
36. Иммунитет, его виды.
37. Факторы, снижающие иммунитет.
38. Методы создания приобретенного иммунитета.
39. Вакцины, сыворотки, гамма-глобулины.
40. Прививочный календарь. Осложнения при введении вакцин и сывороток.
41. Профилактические мероприятия при инфекционных заболеваниях.
42. Дать определение понятиям «здоровье» и «болезнь».
43. Состояние здоровья детей и подростков на современном этапе.
44. Факторы, формирующие здоровье детей.
45. Показатели здоровья. Основные группы здоровья детей.
46. Роль учителя в сохранении и укреплении здоровья детей, предупреждении заболеваний у школьников.
47. Состояние окружающей среды и здоровье детей.
48. Особенности заболеваемости детей в экологически неблагоприятных районах.
49. Что включает в себя понятие «здоровый образ жизни»?
50. Каковы пути формирования здорового образа жизни у детей и роль педагога в этом процессе?

## **5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

### **5.1 Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)**

#### *а) Основная литература*

1. Артюнина, Галина Петровна. Основы медицинских знаний : здоровье, болезнь и образ жизни : учеб. пособие / Г. П. Артюнина, С. А. Игнаткова ; Псковский гос. пед. ун-т. — М. : Академический Проект, 2005. — 558 с. 171 экз.
2. Мисюк, Марина Николаевна. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учеб. пособие для бакалавров / М. Н. Мисюк. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2013. — 431 с. 11 экз.
3. Егорова, Э.Я. Организация доврачебной помощи [Электронный ресурс]: практикум к лабораторным занятиям / Э.Я. Егорова, С.Н. Хусаенова, Г.Г. Шагапова. — Бирск: БГСПА, 2009. — Электрон. версия печ. публикации. — Доступ возможен через Электронную библиотеку БашГУ. — <URL:https://elib.bashedu.ru/dl/corp/Egorova\_i\_dr\_Organizaciya\_dovrachebnoy\_pomoshi\_praktikum\_k\_lab.znaniyam\_Birsk\_2009.pdf>.
4. 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; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362685>.

#### **б) дополнительная литература**

1. 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; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362685> (07.11.2018).
2. 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 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=57603>

3. Кувшинов, Ю.А. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебное пособие / Ю.А. Кувшинов ; Министерство культуры Российской Федерации, 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 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=275372>

4. Куртев, С.Г. Первая помощь при спортивных травмах с основами антисептики и десмургии : учебное пособие / С.Г. Куртев, С.И. Еремеев ; Государственный комитет Российской Федерации по физической культуре и спорту, Сибирская государственная академия физической культуры, Кафедра спортивной медицины и гигиены. - Омск : Издательство СибГАФК, 2003. - 68 с. : ил. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274673>

5. Медведев, А.С. Основы медицинской реабилитологии / А.С. Медведев ; ред. В.Г. Колосовской. - Минск : Белорусская наука, 2010. - 436 с. - ISBN 978-985-08-1124-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=143054>

6. Основы безопасности жизнедеятельности и первой медицинской помощи : учебное пособие / под общ. ред. Р.И. Айзман, С.Г. Кривошекова, И.В. Омельченко. - Изд. 3-е, испр. и доп. - Новосибирск : Сибирское университетское издательство, 2005. - 464 с. : ил.,табл., схем. - (Университетская серия). - ISBN 5-94087-393-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=57321>

7. Справочник медсестры. Практическое руководство / сост. Е.Ю. Храмова, В.А. Плисов. - Москва : Издательство «Рипол-Классик», 2010. - 512 с. - ISBN 978-5-386-02532-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=58222>

## 5.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и программного обеспечения, необходимых для освоения дисциплины

1. Windows 8 Russian. Windows Professional 8 Russian Upgrade. Договор № 104 от 17.06.2013 г. Лицензии бессрочные

2. Microsoft Office Standard 2013 Russian. Договор № 114 от 12.11.2014 г. Лицензии бессрочные

## 6. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Наименование специализированных ауд., кабинетов, лабораторий	Вид занятий	Наименование оборудования, программного обеспечения
1	2	3
1. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа: аудитория № 332 (учебный корпус биофака).	Лекции	Аудитория № 332 Учебная мебель, доска, Мультимедиа-проектор PanasonicPT-LB78VE, экран настенный ClassicNorma 244*183.
2. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа: аудитория № 318а (учебный корпус биофака).	Практические занятия	Аудитория № 318а Учебная мебель, доска, компьютер DepoNeos 460MDi3 (в составе), ЖК-телевизор Samsung UE50J5500.
3. Учебная аудитория для групповых и индивидуальных консультаций: аудитория № 318а (учебный корпус биофака).	Консультации	Аудитория № 318а Учебная мебель, доска, компьютер DepoNeos 460MDi3 (в составе), ЖК-телевизор Samsung UE50J5500.
4. Учебная аудитория для текущего	Контроль	Аудитория № 318а

<p><i>контроля и промежуточной аттестации:</i> № 318а (учебный корпус биофака).</p>		<p>Учебная мебель, доска, компьютер DeroNeos 460MDi3 (в составе), ЖК-телевизор Samsung UE50J5500.</p>
<p><b>5. Помещения для самостоятельной работы:</b> Читальный зал № 1 (главный корпус), Читальный зал № 2 (физмат корпус–учебное).</p>	<p>Самостоятельная работа</p>	<p><b>Читальный зал №1</b> Учебная мебель, учебно-наглядные пособия, стенд по пожарной безопасности, моноблоки стационарные – 5 шт, принтер – 1 шт., сканер – 1 шт. <b>Читальный зал №2</b> Учебная мебель, учебно-наглядные пособия, моноблоки стационарные – 7 шт, компьютер – 1 шт.</p>

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ  
 ФГБОУ ВО «БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
 ФАКУЛЬТЕТ БАШКИРСКОЙ ФИЛОЛОГИИ, ВОСТОКОВЕДЕНИЯ И  
 ЖУРНАЛИСТИКИ

**СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ**

дисциплины **Основы медицинских знаний и ЗОЖ** на 2 семестр

очная

Вид работы	Объем дисциплины
Общая трудоемкость дисциплины (ЗЕТ / часов)	2/72
Учебных часов на контактную работу с преподавателем:	36,2
лекций	18
практических/ семинарских	18
лабораторных	
контроль самостоятельной работы (КСР)	
других (групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие работу обучающихся с преподавателем) (ФКР)	0,2
Учебных часов на самостоятельную работу обучающихся (СР)	35,8
Учебных часов на подготовку к экзамену /зачету /дифференцированному зачету (Контроль)	

Форма(ы) контроля:  
 зачет 2 семестр



№ п/п	Тема и содержание	Форма изучения материалов: лекции, практические занятия, семинарские занятия, лабораторные работы, самостоятельная работа и трудоемкость (в часах)				Основная и дополнительная литература, рекомендуемая студентам (номера из списка)	Задания по самостоятельной работе студентов	Форма текущего контроля успеваемости (коллоквиумы, контрольные работы, компьютерные тесты и т.п.)
		ЛК	ПР/СЕМ	ЛР	СРС			
1	2	4	5	6	7	8	9	10
1.	<b>Введение. Основные понятия и определения дисциплины ОМЗ и ЗОЖ. Цель и задачи предмета. Определение понятий здоровье и болезнь.</b> Индивидуальное и общественное здоровье. Структура и анализ заболеваемости детей различных возрастных групп. Меры профилактики. Клинические признаки отдельных инфекций. Основные заболевания внутренних органов. Симптомы.	4	4		10	Осн: 1-3 Доп: 1-4	Самостоятельное изучение рекомендуемой основной и дополнительной литературы	Доклад Собеседование Тестирование Контрольная работа
2.	<b>Понятие о болезни. Основы иммунологии.</b> Понятие о болезни. Основные принципы профилактики. Основы микробиологии и эпидемиологии. Эпидемический и инфекционный процесс. Эпидемический очаг. Основы иммунологии. Определение понятия иммунитет. Виды иммунитета. Прививки. Основные группы инфекционных заболеваний.	4	4		8	Осн: 1-3 Доп: 1-4	Самостоятельное изучение рекомендуемой основной и дополнительной литературы	Доклад Собеседование Тестирование Контрольная работа
3.	<b>Понятие о неотложных состояниях. Причины и факторы их вызывающие.</b> Оказание первой помощи. Понятие о смерти и ее этапах. Оказание первой медицинской помощи. Анафилактический шок: признаки,	4	4		8	Осн: 1-3 Доп: 1-4	Самостоятельное изучение рекомендуемой основной и дополнительной литературы	Доклад Собеседование Тестирование Контрольная работа

	оказание помощи. Оказание неотложной помощи при экстремальных ситуациях.							
4.	<b>Неотложные состояния</b> Неотложные состояния при заболеваниях дыхательной системы и лихорадке. Приемы оказания первой помощи при сердечно-сосудистой патологии. Неотложные состояния при заболеваниях пищеварительной и эндокринной систем. Основные предметы сердечнолегочной реанимации. Характеристика травматизма. Травматический шок. Раны и кровотечения. Закрытые повреждения тканей. Переломы. Черепно-мозговые травмы.	6	6		9,8	Осн: 1-3 Доп: 1-4	Самостоятельное изучение рекомендуемой основной и дополнительной литературы	Доклад Собеседование Тестирование Контрольная работа
	<b>Всего часов:</b>	18	18		35,8			

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ  
 ФГБОУ ВО «БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
 ФАКУЛЬТЕТ БАШКИРСКОЙ ФИЛОЛОГИИ, ВОСТОКОВЕДЕНИЯ И  
 ЖУРНАЛИСТИКИ

**СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ**

дисциплины **Основы медицинских знаний и ЗОЖ** на 2 семестр

заочная

<b>Вид работы</b>	<b>Объем дисциплины</b>
Общая трудоемкость дисциплины (ЗЕТ / часов)	2/72
Учебных часов на контактную работу с преподавателем:	8,2
лекций	4
практических/ семинарских	4
лабораторных	
контроль самостоятельной работы (КСР)	
других (групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие работу обучающихся с преподавателем) (ФКР)	0,2
Учебных часов на самостоятельную работу обучающихся (СР)	59,8
Учебных часов на подготовку к экзамену /зачету /дифференцированному зачету (Контроль)	4

Форма(ы) контроля:  
 зачет 2 семестр

№ п/п	Тема и содержание	Форма изучения материалов: лекции, практические занятия, семинарские занятия, лабораторные работы, самостоятельная работа и трудоемкость (в часах)				Основная и дополнительная литература, рекомендуемая студентам (номера из списка)	Задания по самостоятельной работе студентов	Форма текущего контроля успеваемости (коллоквиумы, контрольные работы, компьютерные тесты и т.п.)
		ЛК	ПР/СЕМ	ЛР	СРС			
1	2	4	5	6	7	8	9	10
1.	<b>Введение. Основные понятия и определения дисциплины ОМЗ и ЗОЖ. Цель и задачи предмета. Определение понятий здоровье и болезнь.</b> Индивидуальное и общественное здоровье. Структура и анализ заболеваемости детей различных возрастных групп. Меры профилактики. Клинические признаки отдельных инфекций. Основные заболевания внутренних органов. Симптомы.	1	1		16	Осн: 1-3 Доп: 1-4	Самостоятельное изучение рекомендуемой основной и дополнительной литературы	Доклад Собеседование Тестирование Контрольная работа
2.	<b>Понятие о болезни. Основы иммунологии.</b> Понятие о болезни. Основные принципы профилактики. Основы микробиологии и эпидемиологии. Эпидемический и инфекционный процесс. Эпидемический очаг. Основы иммунологии. Определение понятия иммунитет. Виды иммунитета. Прививки. Основные группы инфекционных заболеваний.	1	1		14	Осн: 1-3 Доп: 1-4	Самостоятельное изучение рекомендуемой основной и дополнительной литературы	Доклад Собеседование Тестирование Контрольная работа
3.	<b>Понятие о неотложных состояниях. Причины и факторы их вызывающие.</b> Оказание первой помощи. Понятие о смерти и ее этапах. Оказание первой медицинской помощи. Анафилактический шок: признаки, оказание помощи. Оказание неотложной помощи при экстремальных ситуациях.	1	1		16	Осн: 1-3 Доп: 1-4	Самостоятельное изучение рекомендуемой основной и дополнительной литературы	Доклад Собеседование Тестирование Контрольная работа

4.	<b>Неотложные состояния</b> Неотложные состояния при заболеваниях дыхательной системы и лихорадке. Приемы оказания первой помощи при сердечно-сосудистой патологии. Неотложные состояния при заболеваниях пищеварительной и эндокринной систем. Основные предметы сердечнолегочной реанимации. Характеристика травматизма. Травматический шок. Раны и кровотечения. Закрытые повреждения тканей. Переломы. Черепно-мозговые травмы.	1	1		13,8	Осн: 1-3 Доп: 1-4	Самостоятельное изучение рекомендуемой основной и дополнительной литературы	Доклад Собеседование Тестирование Контрольная работа
	<b>Всего часов:</b>	4	4		59,8			

Рейтинг-план дисциплины  
**Основы медицинских знаний и ЗОЖ**

Направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Курс 2, семестр 3

Виды учебной деятельности студентов	Балл за конкретное задание	Число заданий за семестр	Баллы	
			Минимальный	Максимальный
<b>Модуль 1 Введение. Основные понятия и определения ОМЗ и ЗОЖ</b>				
<b>Текущий контроль</b>				<b>25</b>
1. Доклад	5	4	0	20
2. Собеседование	5	1	0	5
<b>Рубежный контроль</b>			0	<b>25</b>
1. Письменная контрольная работа	5 за 1 вопрос	3 вопроса	0	15
2. Тестирование	10	1	0	10
<b>ИТОГО</b>			0	<b>50</b>
<b>Модуль 2. Понятие о неотложных состояниях. Причины и факторы их вызывающие.</b>				
<b>Текущий контроль</b>				<b>25</b>
1. Доклад	5	4	0	20
2. Собеседование	5	1	0	5
<b>Рубежный контроль</b>			0	<b>25</b>
1. Письменная контрольная работа	5 за 1 вопрос	3 вопроса	0	15
2. Тестирование	10	1	0	10
<b>ИТОГО</b>			0	<b>50</b>
<b>Поощрительные баллы</b>				<b>10</b>
1. Студенческая олимпиада	3		0	3
2. Публикация статей.	4		0	4
3. Работа со школьниками (кружок, конкурсы, олимпиады)	3		0	3
<b>Посещаемость (баллы вычитаются из общей суммы набранных баллов)</b>				
1. Посещение лекционных занятий			0	<b>-6</b>
2. Посещение практических (семинарских, лабораторных занятий)			0	<b>-10</b>
<b>Итоговый контроль</b>				
1. Зачет				