МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

«Забайкальский государственный университет»

(ФГБОУ ВО «ЗабГУ»)

Факультет Физической культуры и спорта

Кафедра медико-биологических основ ФК

**УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**

**для студентов заочной формы обучения**

по основам медицинских знаний и здорового образа жизни наименование дисциплины (модуля)

для направления подготовки (специальности) 44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование. Профиль «Психолого-педагогическое сопровождение образования лиц с нарушениями в развитии»

код и наименование направления подготовки (специальности)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных(ые) единиц(ы), 72 час.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Виды занятий | Распределение по семестрам | Всего часов |
| 3семестр |
| 1 | 2 | 3 |
| Общая трудоемкость | 72 | 72 |
| Аудиторные занятия, в т.ч.: | 8 | 8 |
| лекционные (ЛК) | 4 | 4 |
| практические (семинарские) (ПЗ, СЗ) | 4 | 4 |
| лабораторные (ЛР) | - | - |
| Самостоятельная работа студентов (СРС) | 64 | 64 |
| Форма текущего контроля в семестре\* | Зачет |  |
| Курсовая работа (курсовой проект) (КР, КП) | - |  |

**Краткое содержание курса**

Перечень изучаемых тем, разделов дисциплины (модуля).

Здоровье. Виды здоровья. ЗОЖ. Понятие о неотложных состояниях. Оценка соматического здоровья. Функциональные пробы оценки физического здоровья. Принципы и методы реанимации.

Темы для выступления с устным сообщением на практических занятиях по теме

«Транспортировка пострадавших при различных неотложных состояниях»:

o Транспортировка при травмировании шейного отдела позвоночника;

o Транспортировка при обширной кровопотере4

o Транспортировка при повреждении грудной клетки;

o Транспортировка после утопления;

o Транспортировка при переломах костной ткани рук или ключицы;

o Транспортировка при переломах тазобедренных суставов.

o Транспортировка при подозрении на возможного кровоизлияние внутренних органов.

***Критерии и шкала оценивания* *устного сообщения***

|  |  |
| --- | --- |
| Понимание проблемы, стремление разъяснить ее суть с научных позиций | 2 балла |
| Умение интересно подать материал, наличие личностного отношения к нему | 2 балла |
| Грамотность и логичность изложения материала. | 1 балл |
| Максимальный балл | 5 баллов |

Доклад – публичное сообщение на определенную тему, способствующее формированию навыков исследовательской работы, расширяющее познавательный интерес.

Работа над докладом состоит из следующих этапов:

-составление плана работы;

-систематизации полученных сведений;

-составление выводов и обобщений.

Доклад может быть представлен в устной и письменной форме.

Письменный доклад – это запись устного сообщения по какой-либо теме объёмом от пяти до пятнадцати страниц. В таком докладе не обязательно:

-выделять структурные элементы работы в виде плана;

-выделять заголовки внутри текста;

-ссылаться на использованную литературу по ходу текста.

Но обязательно следует приводить список всех используемых источников в конце работы. При подготовке доклада целесообразно соблюдать следующий порядок работы:

1.Подобрать литературу по изучаемой теме, познакомиться с её содержанием.

2.Пользуясь закладками, отметить наиболее существенные места или сделать выписки.

3.Составить план доклада.

4.Используя рекомендации по составлению тематического конспекта и составленный план, написать доклад, в заключение которого обязательно выразить своё отношение к излагаемой теме и её содержанию.

5.Прочитать текст и редактировать его.

6.Оформить в соответствии с требованиями к оформлению докладов

Подготовка устного доклада (сообщения)

Регламент устного публичного выступления – не более 10 минут.

Работу по подготовке устного выступления можно разделить на два основных этапа: докоммуникативный этап (подготовка выступления) и коммуникативный этап (взаимодействие с аудиторией).

Работа по подготовке устного выступления начинается с формулировки темы. Само выступление должно состоять из трех частей – вступления (10-15% общего времени), основной части (60-70%) и заключения (20-25%).

**Перечень теоретических вопросов для зачета:**

* 1. Определение понятия «здоровый образ жизни». Факторы жизнедеятельности, влияющие на его формирование. Основные составляющие здорового образа жизни..
	2. Здоровье, виды. Методы используемые для оценки здоровья.
	3. Стратегия ВОЗ в охране здоровья граждан.
	4. Инфекционные заболевания: причины их вызывающие.
	5. Закаливание и здоровье. Закаливание воздухом, водой, солнцем. Первая помощь при тепловом солнечном ударе.
	6. Первая помощь при утоплении.
	7. Первая помощь при отравлении угарным газом.
	8. Проблемы здорового образа жизни в современных условиях.
	9. Какова техника выполнения полного дыхания. В чем состоят его оздоровительные возможности.
	10. Сердечно-легочная реанимация.
	11. Первая медицинская помощь при аллергических реакциях и судорожном состоянии, при острых отравлениях лекарствами и препаратами бытовой химии.
	12. Причины и признаки возникновения аллергических реакций. Первая помощь при возникновении крапивницы, сенной лихорадки, сывороточной болезни, анафилактического шока.
	13. Первая помощь при попадании яда на кожу, пищеварительный тракт, дыхательную систему.
	14. Профилактика бытовых отравлений.
	15. Методы и средства оказания первой неотложной медицинской помощи при возникновении аллергических реакций, при острых отравлениях лекарствами, при отравлениях бытовыми интоксицидами, уксусной эссенцией, нашатырным спиртом, перекисью водорода, угарным газом и выхлопными автомобильными газами.
	16. Механизм действия наркотиков, алкоголя, табачного дыма на ВНД подростков, сердечно-сосудистую, дыхательную, мочеполовую систему.
	17. Первая медицинская помощь при закрытых и открытых повреждениях, наружных и внутренних кровотечениях.
	18. Классификация травм, их структура. Особенности лечения травм и травматического шока у детей и подростков.
	19. Особенности оказания первой медицинской помощи детям при травме или повреждении Меры профилактики детского травматизма.
	20. Признаки закрытых повреждений. Основы десмургии. Первая помощь при ушибах, вывихах, растяжениях и разрывах связок и мышц. Способы наложения повязок на лучезапястный, голеностопный, коленный, плечевой суставы (восьмеркообразная, черепашья, колосовидная повязки).
	21. Виды ран, их клинические признаки. Первая помощь при ранениях различных частей тела и укусах животными и ядовитыми насекомыми.
	22. Способы наложения бинтовых повязок на пальцы верхней конечности, на кисть, на предплечье и голень.
	23. Виды и признаки различных кровотечений. Первая помощь при возникновении артериального, венозного, капиллярного, внутреннего, носового кровотечений. Способы остановки кровотечений методом пальцевого прижатия, жгутом, жгутом-закруткой, максимального сгибания конечности, наложения давящей повязки.
	24. Первая помощь при переломах и повреждениях позвоночника, головы, груди и живота.
	25. Признаки закрытых и открытых переломов. Первая помощь при закрытых переломах верхней конечности. Способы и правила наложения транспортных шин и шин из подручных средств при переломах верхней конечности.
	26. Первая помощь при закрытых и открытых переломах нижней конечности. Способы иммобилизации нижней конечности транспортными шинами и подручными средствами.
	27. Закрытые и открытые повреждения черепа, головного мозга, позвоночника, грудной клетки.
	28. Первая помощь при сотрясении мозга, переломах костей свода черепа и черепно-лицевых ранениях.
	29. Первая помощь при попадании инородного тела в глаз, нос, ухо, дыхательные пути. Прием «захват жизни».
	30. Первая помощь при закрытых и открытых повреждениях грудной клетки.
	31. Первая помощь при закрытых и открытых повреждениях живота и костей таза.
	32. Первая помощь при повреждении позвоночника.
	33. Способы наложения бинтовых повязок (окклюзионной и «бублик»). Способы транспортировки раненых.
	34. Характеристика патогенных микроотганизмов (классификация, свойства, устойчивость к воздействию факторов внешней среды).
	35. Эпидемический процесс, его основные факторы и закономерности.
	36. Иммунитет и восприимчивость организма человека к инфекционным болезням.

**Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №п\п | Название | Кол-во | Где используется | Где находится |
| 1 | Спирометры, динамометры,сант.ленты, | 10 | Практические занятия | 343,332 ауд. |
| 2 | Бинты, набор шин. | 1 комп. | Практические занятия | 343,332 ауд. |
| 3 | Тренажер для проведения СЛР. | 1 | Практические занятия | 332 ауд. |
| 4 | Ноутбук, проектор | 1 | Лекционные занятия | 1. ауд.
 |

**Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)**

**Основная литература**

**Печатные издания**

1. Волокитина Татьяна Витальевна.Основы медицинских знаний : учеб. пособие / Волокитина Татьяна Витальевна, Бральнина Галина Георгиевна, Никитинская Нина Ивановна. - 3-е изд., стер. - Москва : Академия, 2011. - 224 с. - (Высшее профессиональное образование). - ISBN 978-5-7695-8036-9 : 341-00 26’экз.

2. Лытаев Сергей Александрович.Основы медицинских знаний : учеб. пособие / Лытаев Сергей Александрович, Пуговкин Андрей Петрович. - Москва : Академия, 2011. - 272 с. - (Высшее профессиональное образование: Бакалавриат). - ISBN 978-5-7695-6902-9 : 446-60. 26 экз.

3. Первая медицинская помощь : учеб. пособие / Глыбочко Петр Витальевич и др. - 4-е изд., стер. - Москва : Академия, 2010. - 240 с. : ил. - (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-7695-7377-4 : 242-00 20 экз.

**Издания из ЭБС**

**1.** Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебник и практикум для прикладного бакалавриата / М. Н. Мисюк. — 3-е изд., перераб. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 499 с. — (Серия : Бакалавр. Прикладной курс). — ISBN 978-5-534-00710-7. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/0DFFF3DF-1B11-4580-9C97-9CFDB0A409A4

2. Сестринское дело в терапии : учебник для академического бакалавриата / В. Н. Петров, В. А. Лапотников, В. Л. Эмануэль, Н. Г. Петрова ; отв. ред. В. Н. Петров. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 449 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-00099-3. — Режим доступа : [www.biblio-online.ru/book/727BF1A3-FE28-4D28-8B90-5A37DF050388](http://www.biblio-online.ru/book/727BF1A3-FE28-4D28-8B90-5A37DF050388)

**Дополнительная литература\***

**Печатные издания**

**1.** Отвагина Татьяна Владимировна. Неотложная медицинская помощь : учеб. пособие / Отвагина Татьяна Владимировна. - 10-е изд. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2012. - 251 с. : ил. - (Среднее проф. образование). - ISBN 978-5-222-19686-1 10 экз.

2. Тен Елена Евгеньевна. Основы медицинских знаний : учебник / Тен Елена Евгеньевна. - 5-е изд., стер. - Москва : Академия, 2009. - 256с. - ISBN 978-5-7695-5875-7 :20 экз.

**Издания из ЭБС**

**1.** Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний : учебник и практикум для СПО / М. Н. Мисюк. — 3-е изд., перераб. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 499 с. — (Серия : Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-00398-7

2. Социальная медицина : учебник для вузов / А. В. Мартыненко [и др.] ; под ред. А. В. Мартыненко. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 475 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-05267-1. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/FD7375A2-ABBB-4638-9270-D32A4B2F2533.

Ведущий преподаватель Фефелова С.Г.

Заведующий кафедрой Шибаева А.А.