

для лиц МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Тольяттинский государственный университет»

**Б1.О.13**

(индекс дисциплины)

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Основы медицинских знаний**

(наименование дисциплины)

по направлению подготовки (специальности)  
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(адаптивная физическая культура)

*Физическая реабилитация*

направленность (профиль)/специализация

Форма обучения: заочная

Год набора: 2020

Общая трудоемкость: 4 ЗЕ

**Распределение часов дисциплины по семестрам<sup>1</sup>**

Семестр		4	Итого
Форма контроля		Зачет	
Вид занятий			
Лекции		4	4
Лабораторные			
Практические		4	4
Руководство: курсовые работы (проекты) / РГР			
Промежуточная аттестация		0,25	0,25
Контактная работа		8,25	8,25
Самостоятельная работа		132	132
Контроль			
Итого		144	144

Рабочую программу составил(и):

профессор, д.м.н., доцент Власов В.Н.

*(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)*

*(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)*

Рецензирование рабочей программы дисциплины:

☐

Отсутствует

☐

Рецензент

*(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)*

Рабочая программа дисциплины составлена на основании ФГОС ВПО<sup>2</sup> и учебного плана направления подготовки (специальности)<sup>3</sup>

49.03.01 Физическая культура

Срок действия рабочей программы дисциплины до «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_ г.

УТВЕРЖДЕНО

На заседании кафедры / департамента / центра

(протокол заседания № \_\_\_ от «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_ г.).

## 1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины – сформировать теоретические знания, практические умения и навыки, ценностные ориентации и компетенции в области основ медицинских знаний для сохранения и укрепления здоровья, оказания первой доврачебной помощи

Задачи:

1. Формирование знаний и практических умений у студентов о методах оценки количества и качества здоровья человека.
2. Развитие положительной мотивации сохранения и укрепления собственного здоровья студентами через овладение принципами здорового образа жизни.
3. Формирование представления о наиболее распространенных болезнях и возможностях их предупреждения.
4. Формирование системы знаний о влиянии экологических факторов на здоровье человека
5. Ознакомление с наиболее часто встречающимися неотложными состояниями и привитие практических навыков оказания доврачебной помощи.

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплины и практики, на освоении которых базируется данная дисциплина: анатомия и физиология человека.

Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее: спортивная медицина, спортивно-оздоровительный мониторинг, физическая реабилитация, лечебная физическая культура и массаж, адаптивное физическое воспитание, медицинская помощь в экстренных ситуациях.

## 3. Планируемые результаты обучения

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
- Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций (УК-8)	УК-8.1 Анализирует факторы вредного влияния элементов среды обитания (технических средств, технологических процессов, материалов, зданий и сооружений, природных и социальных явлений);	Знать: как анализировать факторы вредного влияния элементов среды обитания (технических средств, технологических процессов, материалов, зданий и сооружений, природных и социальных явлений);
		Уметь: анализировать факторы вредного влияния элементов среды обитания (технических средств, технологических процессов, материалов, зданий и сооружений, природных и социальных явлений);
		Владеть: способностью анализировать факторы вредного влияния элементов среды обитания (технических средств, технологических процессов,

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
		материалов, зданий и сооружений, природных и социальных явлений);
	УК – 8.2 Идентифицирует опасные и вредные факторы в рамках осуществляемой деятельности	Знать: как идентифицировать опасные и вредные факторы в рамках осуществляемой деятельности
		Уметь: идентифицировать опасные и вредные факторы в рамках осуществляемой деятельности
		Владеть: способностью идентифицировать опасные и вредные факторы в рамках осуществляемой деятельности
	УК – 8.3 Выявляет проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте; предлагает мероприятия по предотвращению чрезвычайных ситуаций	Знать: как выявлять проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте; предлагать мероприятия по предотвращению чрезвычайных ситуаций
		Уметь: выявлять проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте; предлагать мероприятия по предотвращению чрезвычайных ситуаций
		Владеть: способностью выявлять проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте; предлагать мероприятия по предотвращению чрезвычайных ситуаций у;
	УК - 8.4. Разъясняет правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения; оказывает первую помощь, описывает способы участия в восстановительных мероприятиях	Знать: как разъяснять правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения; как оказывать первую помощь, описывает способы участия в восстановительных мероприятиях
		Уметь: разъяснять правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения; как оказывать первую помощь, описывает

<b>Формируемые и контролируемые компетенции</b> (код и наименование)	<b>Индикаторы достижения компетенций</b> (код и наименование)	<b>Планируемые результаты обучения</b>
		<p>способы участия в восстановительных мероприятиях</p> <p>Владеть: способностью разъяснять правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения; как оказывать первую помощь, описывает способы участия в восстановительных мероприятиях</p>
<p>Способен определять закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ОПК-8)</p>	<p>ИОПК-8.1. Понимает суть содержания основных этапов восстановительного процесса у лиц с отклонениями в состоянии здоровья для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп.</p>	<p>Знать: содержание основных этапов восстановительного процесса у лиц с отклонениями в состоянии здоровья для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп.</p>
		<p>Уметь: восстанавливать процессы у лиц с отклонениями в состоянии здоровья для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп.</p>
		<p>Владеть: способностью восстанавливать процессы у лиц с отклонениями в состоянии здоровья для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп</p>
	<p>ИОПК-8.2. Определяет закономерности и пути решения по восстановлению морфофункциональных и других временно утраченных функций организма обучающихся, различных нозологических форм, возрастных и гендерных групп.</p>	<p>Знать: закономерности и пути решения по восстановлению морфофункциональных и других временно утраченных функций организма обучающихся, различных нозологических форм, возрастных и гендерных групп.</p> <p>Уметь: восстанавливать морфофункциональные и других временно утраченные функции организма обучающихся, различных нозологических форм, возрастных и гендерных групп</p> <p>Владеть: способностью восстанавливать морфофункциональные</p>

<b>Формируемые и контролируемые компетенции</b> (код и наименование)	<b>Индикаторы достижения компетенций</b> (код и наименование)	<b>Планируемые результаты обучения</b>
		и других временно утраченные функции организма обучающихся, различных нозологических форм, возрастных и гендерных групп
	ИОПК-8.3. Использует в процессе ведения учебного процесса средства и методы по восстановлению нарушенных или временно утраченных функций, развитию оставшихся функций, предупреждению прогрессирования основного заболевания, возможности появления и (или) прогрессирования сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений, обусловленных (провоцируемых) основным дефектом заболеваний.	Знать: методы по восстановлению нарушенных или временно утраченных функций, развитию оставшихся функций, предупреждению прогрессирования основного заболевания, возможности появления и (или) прогрессирования сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений, обусловленных (провоцируемых) основным дефектом заболеваний.
		Уметь: восстанавливать нарушенные или временно утраченные функции, развивать оставшиеся функции, предупреждать прогрессирование основного заболевания, возможности появления и (или) прогрессирования сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений, обусловленных (провоцируемых) основным дефектом заболеваний.
		Владеть: способностью восстанавливать нарушенные или временно утраченные функции, развивать оставшиеся функции, предупреждать прогрессирование основного заболевания, возможности появления и (или) прогрессирования сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений, обусловленных (провоцируемых) основным дефектом заболеваний.
Способен проводить работу по предотвращению применения допинга в адаптивном спорте (ОПК-11)	ИОПК-11.1. Осуществляет и конкретизирует работу с документацией антидопингового	Знать: работу с документацией антидопингового законодательства, анализирует внесенные изменения, проводит обмен информацией, делится знаниями

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
	законодательства, анализирует внесенные изменения, проводит обмен информацией, делится знаниями и практическим опытом, оценивает мнения и суждения всех членов коллектива (команды), реализует принятое решение.	и практическим опытом, оценивает мнения и суждения всех членов коллектива (команды), реализует принятое решение.
		Уметь: осуществлять и конкретизировать работу с документацией антидопингового законодательства, анализировать внесенные изменения, проводить обмен информацией, делиться знаниями и практическим опытом, оценивать мнения и суждения всех членов коллектива (команды), реализовывать принятое решение.
		Владеть: способностью осуществлять и конкретизировать работу с документацией антидопингового законодательства, анализировать внесенные изменения, проводить обмен информацией, делиться знаниями и практическим опытом, оценивать мнения и суждения всех членов коллектива (команды),
	ИОПК-11.2. Проводит и корректирует учебную и профилактическую работу по нарушениям антидопингового законодательства среди обучающихся, при необходимости рассматривает и предлагает возможные варианты решения возникающих проблем, оценивая их достоинства и недостатки.	Знать: учебную и профилактическую работу по нарушениям антидопингового законодательства среди обучающихся, при необходимости рассматривать и предлагать возможные варианты решения возникающих проблем, оценивать их достоинства и недостатки.
		Уметь: проводить и корректировать учебную и профилактическую работу по нарушениям антидопингового законодательства среди обучающихся, при необходимости рассматривать и предлагать возможные варианты решения возникающих проблем, оценивать их достоинства и недостатки.
		Владеть: способностью проводить и корректировать учебную и профилактическую работу по нарушениям антидопингового

<b>Формируемые и контролируемые компетенции</b> (код и наименование)	<b>Индикаторы достижения компетенций</b> (код и наименование)	<b>Планируемые результаты обучения</b>
		законодательства среди обучающихся, при необходимости рассматривать и предлагать возможные варианты решения возникающих проблем, оценивать их достоинства и недостатки.
	ИОПК-11.3. Анализирует и определяет основные принципы течения биохимических, физико-химических и молекулярно-биологических механизмов развития патологических процессов в клетках и тканях организма спортсмена, в том числе при приеме запрещенных препаратов; использует полученные знания в своей профессиональной деятельности.	Знать: основные принципы течения биохимических, физико-химических и молекулярно-биологических механизмов развития патологических процессов в клетках и тканях организма спортсмена, в том числе при приеме запрещенных препаратов; использовать полученные знания в своей профессиональной деятельности. Уметь: анализировать и определять основные принципы течения биохимических, физико-химических и молекулярно-биологических механизмов развития патологических процессов в клетках и тканях организма спортсмена, в том числе при приеме запрещенных препаратов; использует полученные знания в своей профессиональной деятельности. Владеть: способностью анализировать и определять основные принципы течения биохимических, физико-химических и молекулярно-биологических механизмов развития патологических процессов в клетках и тканях организма спортсмена, в том числе при приеме запрещенных препаратов; использует полученные знания в своей профессиональной деятельности.
Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать	ИОПК-14.1.Понимает факторы и причины спортивного травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе	Знать: факторы и причины спортивного травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивно-тренировочной деятельности



<b>Формируемые и контролируемые компетенции</b> (код и наименование)	<b>Индикаторы достижения компетенций</b> (код и наименование)	<b>Планируемые результаты обучения</b>
первую доврачебную помощь (ОПК-14)	учебной и спортивно-тренировочной деятельности.	Уметь: предотвращать факторы и причины спортивного травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивно-тренировочной деятельности
		Владеть: способностью предотвращать факторы и причины спортивного травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивно-тренировочной деятельности
	ИОПК-14.2.Проектирует и применяет современные средства и методы профилактики травматизма и заболеваний в управлении состоянием здоровья занимающихся различного возраста и пола, по видам спортивных специализаций, оказывает первую доврачебную помощь с соблюдением всех требований безопасности и санитарно-гигиенических норм и правил.	Знать: современные средства и методы профилактики травматизма и заболеваний в управлении состоянием здоровья занимающихся различного возраста и пола, по видам спортивных специализаций, оказывать первую доврачебную помощь с соблюдением всех требований безопасности и санитарно-гигиенических норм и правил.
		Уметь: оказывать первую доврачебную помощь с соблюдением всех требований безопасности и санитарно-гигиенических норм и правил
		Владеть: способностью оказывать первую доврачебную помощь с соблюдением всех требований безопасности и санитарно-гигиенических норм и правил
	ИОПК-14.3. Организует и проводит восстановительные мероприятия, на основе использования профилактического и спортивного массажа.	Знать: организацию и проведение восстановительных мероприятий, на основе использования профилактического и спортивного массажа.
		Уметь: проводить восстановительные мероприятия, на основе использования профилактического и спортивного массажа.
		Владеть: способностью проводить восстановительные мероприятия, на основе использования

<b>Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)</b>	<b>Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)</b>	<b>Планируемые результаты обучения</b>
		профилактического и спортивного массажа.

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Модуль (раздел)	Вид учебной работы	Наименование тем занятий (учебной работы)	Семестр	Объем, ч.	Баллы	Интерактив, ч.	Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)
Модуль 1. Здоровье, болезнь и образ жизни	Лек.	Понятие «здоровье», компоненты здоровья концепции здоровья.	4	0,25	6		Проверка реферата
Модуль 1. Здоровье, болезнь и образ	Лек.	Факторы, определяющие здоровье общественное здоровье, критерии оценки индивидуального здоровья.	4	0,25	6		Проверка реферата
Модуль 1. Здоровье, болезнь и образ	Лек.	Образ жизни, здоровый образ жизни.	4	0,25	6		Проверка реферата
Модуль 1. Здоровье,	Лек.	Двигательная активность и здоровье, питание и здоровье.	4	0,25	4		Проверка реферата
Модуль 2. Экология и здоровье человека.	Лек.	Законы экологии человека, варианты биологического действия и глобальные загрязнители окружающей среды.	4	0,25	6		Проверка реферата
Модуль 2. Экология и	Лек.	Экология жилых и общественных помещений.	4	0,25	6		Проверка реферата
Модуль 2.	Лек.	Питьевая вода и здоровье.	4	0,25	6		Проверка реферата
Модуль 2. Экология и	Лек.	Экология продуктов питания и эндоэкология.	4	0,25	4		Проверка реферата
Модуль 3. Болезни цивилизации	Лек.	Особенности жизни современного человека и проблема ожирения.	4	0,25	6		Опрос по теме
Модуль 3. Болезни	Лек.	Гипертоническая болезнь, атеросклероз, ишемическая болезнь сердца.	4	0,25	4		Опрос по теме

<b>Модуль (раздел)</b>	<b>Вид учебной работы</b>	<b>Наименование тем занятий (учебной работы)</b>	<b>Семестр</b>	<b>Объем, ч.</b>	<b>Баллы</b>	<b>Интерактив, ч.</b>	<b>Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)</b>
Модуль 3. Болезни	Лек.	Сахарный диабет, рак и аллергические заболевания.	4	0,25	4		Опрос по теме
Модуль 4. Профилактика инфекционных заболеваний.	Лек.	Инфекционный и эпидемический процесс, понятие об иммунитете и его видах.	4	0,25	4		Опрос по теме
Модуль 4. Профилактика инфекционных	Лек.	Общие признаки инфекционных заболеваний, воздушно-капельные инфекции, туберкулез.	4	1	4		Опрос по теме
Модуль 4. Профилактика инфекционных	Пр	Желудочно-кишечные инфекции, пищевые отравления бактериальными токсинами, зоонозы.	4	0,5	4		Опрос по теме
Модуль 4.	Пр	Болезни, передаваемые половым путем.	4	0,5	6		Опрос по теме
Модуль 5. Доврачебная неотложная помощь.	Пр.	Реанимация, контузия, коллапс, травматический шок, раны и кровотечения.	4	0,5	4		Опрос по теме
Модуль 5. Доврачебная неотложная	Пр.	Ушибы, вывихи, поражения электрическим током, ожоги, отморожения и переохлаждения.	4	0,5	4		Опрос по теме
Модуль 5. Доврачебная неотложная	Пр.	Инородные тела, отравления, укусы насекомых и змей, бронхиальная астма (купирование приступа).	4	0,5	4		Опрос по теме
Модуль 5.	Пр.	Комы при сахарном диабете.	4	0,5	4		Опрос по теме
Модуль 5. Доврачебная	Пр.	Гипертонический криз, приступ стенокардии.	4	0,5	4		Опрос по теме

Модуль (раздел)	Вид учебной работы	Наименование тем занятий (учебной работы)	Семестр	Объем, ч.	Баллы	Интерактив, ч.	Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)
Модуль 5. Доврачебная неотложная	Пр.	Мягкие повязки и способы их наложения.	4	0,5	4		Сдача практических навыков
	СР	Самостоятельное изучение литературы по курсу	4	132			
	ПА			0,25			
	Контроль			3,75			
Итого:				144	100		

**Схема расчета итогового балла**

## **5. Образовательные технологии**

... Технология традиционного обучения развития.

Практическое занятие. Методы: наглядные, практические.

## **6. Методические указания по освоению дисциплины**

Приступая к изучению дисциплины, студенту необходимо внимательно ознакомиться с тематическим планом занятий, списком рекомендованной литературы. Следует уяснить последовательность выполнения индивидуальных учебных заданий. Самостоятельная работа студента предполагает работу с научной и учебной литературой.

Уровень и глубина усвоения дисциплины зависят от активной и систематической работы на лекциях, изучения рекомендованной литературы, выполнения заданий.

При изучении дисциплины студенты выполняют следующие задания: изучают рекомендованную научно-практическую и учебную литературу; выполняют задания, предусмотренные для самостоятельной работы.

Основными видами аудиторной работы студентов являются лекции и практические занятия. В ходе лекций преподаватель излагает и разъясняет основные, наиболее сложные понятия темы, а также связанные с ней теоретические и практические проблемы, дает рекомендации на выполнение практических занятий и указания на самостоятельную работу.

## 7. Оценочные средства

### 7.1. Паспорт оценочных средств

Семестр	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
4	- Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций (УК-8)	<i>ИДЗ (составление рефератов и кроссвордов)</i>
4	Способен определять закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ОПК-8)	<i>ИДЗ (составление рефератов и кроссвордов)</i>
4	Способен проводить работу по предотвращению применения допинга в адаптивном спорте (ОПК-11)	<i>ИДЗ (составление рефератов и кроссвордов)</i>
4	Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь (ОПК-14)	<i>ИДЗ (составление рефератов и кроссвордов)</i>

### 7.2. Типовые задания или иные материалы, необходимые для текущего контроля

#### 9.2.1. Деловая (ролевая) игра

**1. Тема (проблема)** Логическая аргументация позиций по теме «Значение здорового образа жизни для современного человека»

**2. Концепция игры:** студенты делятся на несколько групп (2-3) и судьи (2 студента и преподаватель).

Студенты должны представить развернутую характеристику значения здорового образа жизни для современного человека по аспектам:

1. Факторы здорового образа жизни
2. Мотивация здорового образа жизни со стороны индивида
3. Материальные аспекты здорового образа жизни
4. Духовные аспекты здорового образа жизни
5. Модель здорового образа жизни

Во время игры группы студентов по очереди высказываются, кратко раскрывая темы. После этого представители других групп задают вопросы. Судьи оценивают весомость аргументов и качество ответов на вопросы.

**3. Роли:**

- «ораторы» (студенты представляют аргументы в пользу здорового образа жизни)
- «критики» (студенты другой группы находят слабые места аргументации и задают вопросы)
- «судьи» (студенты и преподаватель дают оценку корректности и логической обоснованности аргументов и вопросов)

**4. Ожидаемый (е) результат (ы)** Формирование умений аргументировать свою позицию, задавать вопросы и отвечать на вопросы.

**5. Критерии оценки:**

-4 балла выставляется студенту, если позиция полностью раскрыта, речь грамотная, собственная точка зрения хорошо аргументирована, студент отвечает на дополнительные вопросы;

-3 балла выставляется студенту, если позиция полностью раскрыта, студент читает текст, представлена собственная точка зрения, студент отвечает на дополнительные вопросы;

-2 балла выставляется студенту, если позиция раскрыта частично, студент читает текст, представлена собственная точка зрения, но студент не отвечает на дополнительные вопросы;

1 балл выставляется студенту, если позиция раскрыта частично, студент читает текст, не представлена собственная точка зрения, студент не отвечает на дополнительные вопросы;

**9.2.2. Образец задач по предмету (ИДЗ).** Преподаватель формирует по каждой теме варианты задач, которые должен выполнить студент. Результаты решения задач студенты представляют устно на семинарском занятии. Преподаватель обсуждает способ решения задачи. Помогает исправить ошибки.

**Вариант задания по теме « Понятие здоровье, компоненты здоровья, концепции здоровья»**

**Задание 1:** Приведите основные факторы, существенно влияющие на здоровье.

**Задание 2:** Дайте определение понятия качество жизни.

**Задание 3:** Определите основные факторы оказывающие влияние на качество жизни и здоровье.

**Задание 4:** Определите понятие «компоненты здоровья».

**Задание 5:** Определите понятие «концепции здоровье».

**Вариант задания по теме «Факторы, определяющие здоровье, общественное здоровье, критерии оценки индивидуального здоровья»**

**Задание 1:** Приведите отличия понятий заболеваемость, болезненность и инвалидность.

**Задание 2:** Приведите факторы, от которых зависит общественное здоровье.

**Задание 3:** Приведите примеры динамики инвалидности по её причинам.

**Задание 4:** Приведите примеры динамики детской заболеваемости.

**Задание 5:** Приведите примеры динамики инфекционной заболеваемости

**Вариант задания по теме «Двигательная активность и здоровье, питание и здоровье»**

**Задание 1:** Понятие гипокинезия и её влияние на здоровье

**Задание 2:** Понятие о двигательном навыке.

**Задание 3:** Принципы физической тренировки.

**Задание 4:** Понятие о натуральной пищи

**Задание 5:** Факторы рациональной организации питания

**Вариант задания по теме «Питьевая вода и здоровье»**

**Задание 1:** Назовите основные источники загрязнения воды.

**Задание 2:** В чем заключается влияние на здоровье «жесткой» и «мягкой воды».

**Задание 3:** Охарактеризуйте химические загрязнители питьевой воды.

**Задание 4:** Охарактеризуйте биологические загрязнители питьевой воды.

**Задание 5:** Назовите основные причины неэффективности технологии очистки воды методом хлорирования.

**Вариант задания по теме «Особенности жизни современного человека и проблема ожирения»**

**Задание 1:** Охарактеризуйте особенности современного человека

**Задание 2:** Перечислите основные формы болезней цивилизации.

**Задание 3:** Перечислите основные причины ожирения.



**Задание 4:** Перечислите основные формы ожирения.

**Задание 5:** Методики расчета «идеального веса».

**Вариант задания по теме «Экология продуктов питания и эндоэкология»**

**Задание 1:** Влияние на организм неправильного сочетания пищевых продуктов

**Задание 2:** Что вы знаете об экологической чистоте современных продуктов?

**Задание 3:** Что означает термин «эндоэкология»?

**Задание 4:** Как проявляется «эндоэкологическая болезнь»?

**Задание 5:** Приведите примеры экологической патологии.

**Вариант задания по теме «Гипертоническая болезнь, атеросклероз, ишемическая болезнь сердца»**

**Задание 1:** Дайте определение гипертонической болезни.

**Задание 2:** Перечислите основные факторы риска развития гипертонической болезни.

**Задание 3:** Что такое «атеросклероз»?

**Задание 4:** Перечислите мероприятия по профилактике атеросклероза.

**Задание 5:** В чем сущность ишемической болезни сердца?

**2.Критерии оценки:**

4 балла – правильно выполнены все задания, студент владеет теоретическим материалом, объясняет решение задачи

3 балла – задания выполнены с одной или двумя ошибками, студент владеет теоретическим материалом, объясняет решение задачи

2 балла - задания выполнены с одной или двумя ошибками, студент недостаточно владеет теорией, затрудняется объяснить решение задачи

1 балла - задания выполнены с двумя или тремя ошибками, студент слабо владеет теорией, не может объяснить решение задачи

### **9.2.3 Образцы тестовых заданий**

Вопрос: *понятие «здоровье» включает в себя:*

уровень заболеваемости;

наличие травм;

психические расстройства;

**полное физическое, психическое и социальное благополучие, а не отсутствие травм и болезней.**

Вопрос: *болезнь – это:*

**реакция организма на действие вредных для него факторов;**

адаптация организма к вредным для него факторам;

преимущественно механическое повреждение организма;

преимущественно биологическое и химическое повреждение организма.

Вопрос: *подострая форма болезни характеризуется:*

быстрым течением;

длительным течением;

**средней длительностью течения.**

Вопрос: *этиология – это:*

**причина болезни;**

признаки болезни;

стадии болезни.

Вопрос: *патогенез – это:*

причины заболеваний;

**механизм развития болезни;**

исходы заболевания.

Вопрос: *Какой из указанных ниже факторов оказывает наиболее неблагоприятное влияние на здоровье человека:*

наследственность;  
окружающая среда;  
**образ жизни; \***  
медицина.

Вопрос: *Какой из указанных ниже факторов оказывает наименее неблагоприятное влияние на здоровье человека:*

наследственность;  
окружающая среда;  
образ жизни;  
**медицина.**

Вопрос: *наукой о наследственности является:*

анатомия;  
**генетика;**  
эмбриология.

Вопрос: *Что такое иммунитет?*

**невосприимчивость организма к инфекциям;**  
повышенная восприимчивость организма к инфекциям;  
поддержание организма в условиях гомеостаза.

Вопрос: *В основе клеточного иммунитета лежат:*

**фагоцитоз и функция Т-лимфоцитов;**  
гуморальный иммунитет;  
врожденный иммунитет;  
приобретенный иммунитет.

Вопрос: *Какое из перечисленных проявлений реактивности направлено на обнаружение и удаление структур генетически чужеродного происхождения для обеспечения постоянства внутренней среды организма?*

чувствительность;  
реакция;  
резистентность;  
**иммунитет.**

Вопрос: *Основателями классического учения об иммунитете являются:*

Томас и Мор;  
**Пастер и Мечников;**  
Вирхов и Селье;  
Павлов и Боткин.

Вопрос: *Иммунологические реакции в организме развиваются в ответ на воздействие:*

антител;  
**антиген;**  
антибиотиков;  
гормонов.

Вопрос: *В специальную иммунную систему человека не входит:*

вилочковая железа;

поджелудочная железа;  
селезенка;  
лимфатические узлы;  
фолликулы.

#### **9.2.4 Темы круглых столов, дискуссий**

1. Способы оказания неотложной помощи при попадании инородного тела в гортань.
2. Особенности поражения и травм глаза.
3. Ингаляционные отравления и неотложная помощь.
4. Пищевое и лекарственное отравление
5. купирование приступа бронхиальной астмы

#### **5. Критерии оценки:**

-4 балла выставляется студенту, если позиция полностью раскрыта, речь грамотная, собственная точка зрения хорошо аргументирована, студент отвечает на дополнительные вопросы;

-3 балла выставляется студенту, если позиция полностью раскрыта, студент читает текст, представлена собственная точка зрения, студент отвечает на дополнительные вопросы;

-2 балла выставляется студенту, если позиция раскрыта частично, студент читает текст, представлена собственная точка зрения, но студент не отвечает на дополнительные вопросы;

1 балл выставляется студенту, если позиция раскрыта частично, студент читает текст, не представлена собственная точка зрения, студент не отвечает на дополнительные вопросы;

#### **Темы письменных работ**

Данный вид работ для дисциплины не предусмотрен

### 7.3. Оценочные средства для промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

#### 7.3.1. Вопросы к промежуточной аттестации

Семестр 4

№ п/п	Вопросы к зачету
1	Дайте определение понятия «здоровья»
2	Основные компоненты здоровья.
3	Что такое предболезнь, болезнь? Дайте определение этим понятиям
4	Перечислите факторы, определяющие здоровье и болезнь.
5	Основные критерии оценки индивидуального здоровья. Понятие норма.
6	Перечислите основные понятия и законы экологии человека.
7	Что такое «экологический кризис», «экологическая катастрофа», «экологическое наблюдение».
8	Основные глобальные загрязнители объектов окружающей среды.
9	Основные источники загрязнения воды.
10	Химические и биологические загрязнители питьевой воды с точки зрения их влияния на здоровье человека.
11	Охарактеризуйте основные источники загрязнения воздушной среды жилых и общественных помещений.
12	Источники шума в жилой среде и его влияние на здоровье.
13	Что такое «эндемические заболевания»? Приведите примеры.
14	Что такое «эндозкология»?
15	Какие проявления эндозкологической болезни вы знаете?
16	Назовите пути профилактики «эндозкологической болезни».
17	Дайте определение понятию «образ жизни» и назовите три категории образа жизни.
18	Определение понятия «здоровый образ жизни». Охарактеризуйте принципы ЗОЖ.
19	Роль двигательной активности в биологической эволюции.
20	Понятие о гипокинезии и ее влияние на здоровье человека.
21	Охарактеризуйте особенности жизнедеятельности цивилизованного человека.
22	Основные причины и формы ожирения.
23	Основные факторы риска гипертонической болезни.
24	Характеристика атеросклероза и его осложнений.
25	В чем сущность ишемической болезни сердца?
26	Перечислите факторы риска возникновения рака.
27	Что такое инфаркт миокарда и мозговой инсульт?
28	Понятие «сахарный диабет».
29	Аллергены и аллергические заболевания.
30	Основные причины роста аллергических заболеваний.
31	Охарактеризуйте механизм развития аллергических заболеваний.
32	Что такое бронхиальная астма
33	Какие болезни называются инфекционными?
34	Что такое инфекционный процесс? Стадии инфекционного процесса.
35	Охарактеризуйте мероприятия по профилактике инфекций.
36	Особенности течения туберкулеза у детей? Пути профилактики.
37	Охарактеризуйте основные желудочно-кишечные инфекции.
38	Что такое «эпидемический процесс»? Основные звенья эпидемического процесса.

<b>№ п/п</b>	<b>Вопросы к зачету</b>
39	Охарактеризуйте механизмы заражения инфекционными заболеваниями.
40	Методы дезинфекции в эпидемическом очаге.
41	Общие признаки инфекционных заболеваний.
42	Основные проявления дифтерии у детей.
43	Что такое иммунитет? Виды иммунитета.
44	Перечислите основные направления профилактики инфекционных заболеваний.
45	Назовите основные проявления СПИДа и пути передачи ВИЧ-инфекции.
46	Какие действия должен предпринять учитель при выявлении инфекционного заболевания в школе?
47	Что такое «реанимация»? Перечислите последовательность действий.
48	Стадии травматического шока. Схема оказания помощи.
49	Назовите виды кровотечений и способы их остановки.
50	Что такое «обморок», «коллапс» и «шок». Схема оказания неотложной помощи.
51	Назовите признаки перелома костей конечностей.
52	Признаки ушиба и вывиха. Последовательность и правила оказания неотложной помощи.
53	Причина смерти при электрической травме. Оказание неотложной помощи.
54	Схема оказания неотложной помощи при ожогах.
55	Схема оказания неотложной помощи при отморожениях и переохлаждениях
56	Схема оказания неотложной помощи при гипертоническом кризе.
57	Оказание помощи при приступе стенокардии.
58	Общие правила транспортировки пострадавших.
59	Причины развития комы при сахарном диабете. Неотложная помощь при гипер- и гипогликемической коме.
60	Что такое «анафилактический шок»? Схема оказания неотложной помощи.

### 7.3.2. Критерии и нормы оценки

<b>Семестр</b>	<b>Форма проведения промежуточной аттестации<sup>4</sup></b>	<b>Критерии и нормы оценки<sup>5</sup></b>	
4	Зачет по накопительному рейтингу	«зачтено»	Теоретическое содержание курса освоено частично, но пробелы не носят существенного характера, у него сформированы необходимые компетенции, практические навыки работы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий выполнены с ошибками.

## 8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### 8.1. Обязательная литература

№ п/п	Авторы, составители	Заглавие (заголовок)	Тип (учебник, учебное пособие, учебно-методическое пособие, практикум, др.)	Год издания	Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС <sup>6</sup>
1.	Артюнина, Г.П.	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебное пособие / Г.П. Артюнина. — Москва : Академический Проект, 2020. — 766 с. — ISBN 978-5-8291-3029-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/132172">https://e.lanbook.com/book/132172</a> (дата обращения: 20.02.2020). — Режим доступа: для авториз. пользователей	Учебное пособие	2020	ЭБС «Лань»
2.	Власов, В.Н.	Врачебный контроль в адаптивной физической культуре. Практикум : учебное пособие / В.Н. Власов. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2019. — 172 с. — ISBN 978-5-8114-4500-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/125724">https://e.lanbook.com/book/125724</a> (дата обращения: 20.02.2020). — Режим доступа: для авториз. пользователей.	Практикум : учебное пособие	2019	ЭБС «Лань»
3	Орехова, Е.А. Романова, Н.Н. Щелчкова	Орехова, И. Л. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебно-практическое пособие / И.Л.. —	учебно-практическое пособие	2019	ЭБС «Znanium.com»

<b>№ п/п</b>	<b>Авторы, составители</b>	<b>Заглавие (заголовок)</b>	<b>Тип (учебник, учебное пособие, учебно-методическое пособие, практикум, др.)</b>	<b>Год издания</b>	<b>Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС<sup>6</sup></b>
		Москва : ИНФРА-М, 2019. — 173 с.(Высшее образование). - ISBN 978-5-16-108380-2. - Текст : электронный. - URL: <a href="https://new.znaniy.com/catalog/product/1077326">https://new.znaniy.com/catalog/product/1077326</a> (дата обращения: 20.02.2020)			
4	Айзман Р.И.	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Айзман Р.И., Рубанович В.Б., Суботялов М.А.— Электрон. текстовые данные.— Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2017.— 214 с.— Режим доступа: <a href="http://www.iprbookshop.ru/65284.html">http://www.iprbookshop.ru/65284.html</a> .— ЭБС «IPRbooks»	Учебное пособие	2017	ЭБС «IPRbooks»

## 8.2. Дополнительная литература

<b>№ п/п</b>	<b>Авторы, составители</b>	<b>Заглавие (заголовок)</b>	<b>Тип (учебник, учебное пособие, учебно-методическое пособие, практикум, др.)</b>	<b>Год издания</b>	<b>Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС</b>
1	Балаян С.Е.	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс]: уч.-метод. пособие/ С.Е. Балаян. - Набережные Челны: Набережночелнинский гос.пед. ун-т, 2013. - 78 с. – ISBN 2227-8397	Электронный ресурс	2013	ЭБС «IPRbooks»

<b>№ п/п</b>	<b>Авторы, составители</b>	<b>Заглавие (заголовок)</b>	<b>Тип (учебник, учебное пособие, учебно-методическое пособие, практикум, др.)</b>	<b>Год издания</b>	<b>Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС</b>
2	Кувшинов Ю.А.	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Ю.А. Кувшинов; Кемеровский гос. ин-т культ. – Кемерово : КГИК, 2013. - 183 с. – ISBN 978-5-8154-0275-1	учебное пособие	2013	ЭБС «IPRbooks»
3	Евсеев С. П.	Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения [Электронный ресурс] : учеб. пособие / С. П. Евсеев [и др.] ; под ред. С. П. Евсеева. - Москва : Советский спорт, 2014. - 297 с. - ISBN 978-5-9718-0714-8.	учебное пособие	2014	ЭБС «IPRbooks»



### 8.3. Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем<sup>7</sup>

- Портал «Гуманитарное образование» [Электронный ресурс]  
<http://www.humanities.edu.ru/>
- Федеральный портал «Российское образование» [Электронный ресурс]  
<http://www.edu.ru/>
- Федеральное хранилище «Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов» [Электронный ресурс] <http://school-collection.edu.ru/>

### 8.4. Перечень программного обеспечения

№ п/п	Наименование ПО	Реквизиты договора (дата, номер, срок действия)
	Программное обеспечение не предусмотрено	

### 8.5. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

№ п/п	Наименование оборудованных учебных кабинетов, лабораторий, мастерских и др. объектов для проведения практических и лабораторных занятий, помещений для самостоятельной работы обучающихся (номер аудитории)	Перечень основного оборудования
1.	У-125 Лекционная аудитория	Стол ученический двухместный - 19 шт., стул ученический - 38 шт., стол преподавательский – 1 шт., стул преподавательский – 1 шт., доска аудиторная (меловая) – 1 шт.