Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Горно-Алтайский государственный университет»
(Горно-Алтайский государственный университет, ГАГУ)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины: **Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**
Уровень основной образовательной программы: **бакалавриат**
Рекомендуется для направления подготовки
44.03.05 Педагогическое образование

профиль **Дошкольное образование и иностранный язык**

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование
профиль «Дошкольное образование и иностранный язык» (утвержден от 09 февраля 2016 г. N 91) и учебного плана по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (профиль Дошкольное образование и иностранный язык), утвержденного Ученым советом ГАГУ (от 31.03.2016, протокол № 4).

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры безопасности жизнедеятельности, анатомии и физиологии ГАГУ 11.04.2016 года, протокол № 8.

1 Цель и задачи дисциплины

Цель дисциплины формирование у студентов систематизированных знаний в области охраны здоровья населения, его роли в укреплении здоровья детей, подростков и молодежи.

Задачами дисциплины являются:

1. Приобретение знаний и практических навыков для оказания первой медицинской помощи;
2. Приобретение знаний и практических навыков для обеспечения здоровья детей, формирования здорового образа жизни.

2 Место дисциплины в структуре ООП

Дисциплина «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» относится к обязательным дисциплинам базовой части (Б1.Б.1.12).

Для освоения дисциплины «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» студенты используют знания, умения, навыки, сформированные на предыдущем этапе обучения.

Междисциплинарные связи разделов и (или) тем дисциплины с обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами

№ п/п	Наименование обеспечиваемых (последующих) дисциплин	№№ разделов данной дисциплины, необходимых для изучения обеспечиваемых (последующих) дисциплин			
		Проблемы здоровья	Основы микробиологии, эпидемиологии и иммунологии	Неотложные состояния и первая помощь при них	Характеристика детского травматизма и его профилактика
1	Основы педиатрии и гигиены	+	+	+	+

3 Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций у студентов:

- способностью использовать приёмы первой помощи, методы защиты в условиях ЧС (ОК-9).

-готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся (ОПК-6)

В результате изучения дисциплины студент должен

знать:

- нормы физиологических показателей здорового организма;
- основные признаки нарушения здоровья;
- основные виды детского травматизма;
- причины возникновения наиболее распространенных соматических и инфекционных заболеваний;
- методы и способы профилактики инфекционных заболеваний;
- признаки неотложных состояний, причины и факторы их вызывающие;
- признаки поражения органов и систем организма;
- методы оказания первой помощи при неотложных состояниях и травмах;
- социально-педагогические аспекты здорового образа жизни;
- медико-гигиенические аспекты здорового образа жизни;
- о мотивациях сохранения здоровья и здорового образа жизни;
- факторы среды, формирующие здоровье человека.

уметь:

- оказать первую медицинскую помощь;

- распознать признаки нарушения здоровья;
- создавать оптимальные условия учебного процесса с учетом физических, возрастных, психологических и личностных особенностей учащихся, способствующих сохранению и укреплению здоровья школьников;
- разрабатывать перспективные (инновационные) медико-педагогические оздоровительные технологии;
- способствовать обеспечению гармоничного развития личности обучающегося.

владеть:

- навыками определения функционального состояния организма;
- навыками применения методик сохранения и укрепления здоровья учащихся;
- навыками формирования мотивации здорового образа жизни, предупреждение вредных привычек;
- организационными навыками проведения индивидуального и коллективного оздоровления обучающихся способами оздоровительной рекреации;
- основными навыками проведения медико-педагогических оздоровительных технологий.

4 Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 часа.

Вид учебной работы	Всего часов /зачетных единиц	2 семестр
Аудиторные занятия (всего)	28	28
В том числе:		
Лекции	10	10
Из них интерактивные		
Практические работы	18/0,5	18/0,5
Из них интерактивные		
Самостоятельная работа (всего)	44	44
В том числе:		
Подготовка научного сообщения с презентацией	6/0,16	6/0,16
Подготовка к тестированию	8/0,22	8/0,22
Подготовка и написание рефератов	6/0,16	6/0,16
Подготовка к зачету	16/0,44	16/0,44
Вид итоговой аттестации		зачет
Общая трудоемкость Часы/зачетные единицы	72/2	72/2

Матрица соответствия компетенций и разделов (тем) дисциплины

Наименование раздела (темы) дисциплины	Всего часов	Компетенция		Сумма компетенций
		ОК-9	ОПК-6	
Здоровье, болезнь и образ жизни	14	-	+	1
Внутренние болезни и их профилактика	12	-	+	1
Инфекционные болезни и их профилактика	14	-	+	1

Характеристика детского травматизма и его профилактика	12	+	+	2
Первая доврачебная помощь при неотложных состояниях. Реанимация	10	+	+	2
Гигиена детей и подростков	10	-	+	1
Форма итогового контроля	зачет	+	+	2

5 Содержание дисциплины
5.1 Содержание разделов дисциплины
5.2 Разделы и (или) темы дисциплины и виды занятий (технологическая карта)

Тема	Всего часов	Аудиторных занятий		Самост. работа
		Лекций	практических занятий	
Семестр 2				
Здоровье, болезнь и образ жизни	14	2	4	10
Внутренние болезни и их профилактика	12	6	6	5
Инфекционные болезни и их профилактика	14	4	2	5
Первая доврачебная помощь при неотложных состояниях. Реанимация	10	4	4	6
Гигиена детей и подростков	10	2	2	10
Форма итогового контроля	зачет			

5.3 Тематический план лекций по дисциплине

Лекция 1. Введение в предмет ОМЗ. Проблемы здоровья (2 часа).
1. Цели и задачи ОМЗ.
2. Здоровье: определение понятия, факторы здоровья, уровни здоровья
3. Адаптация.
4. Показатели здоровья: рождаемость, смертность, заболеваемость.
5. Оценка состояния здоровья детей. Группы здоровья.

Лекция 2 . Сердечно - сосудистые заболевания и их профилактика (2 часа).
1. Органы кровообращения и их функции.
2. Основные признаки заболеваний органов кровообращения.
3. Ишемическая болезнь сердца: стенокардия, инфаркт миокарда. Оказание неотложной помощи при приступе стенокардии и при подозрении на инфаркт миокарда. Профилактика заболеваний сердца.
4. Острая сосудистая недостаточность: обморок, коллапс, шок (причины, симптомы, оказание неотложной помощи, профилактика).
5. Гипертоническая болезнь: определение понятия, причины, симптомы, течение, оказание неотложной помощи при гипертоническом кризе.
6. Вегето-сосудистая дистония, симптомы, оказание первой медицинской помощи.

Лекция 3 Заболевания органов дыхания и их профилактика (2 часа).
1. Анатомо-физиологические особенности органов дыхания.
2. Основные симптомы заболеваний органов дыхания.
3. Бронхит и бронхиальная астма. Оказание неотложной помощи во время астматического приступа.
4. Воспаление лёгких (пневмония). Плеврит. Абсцесс лёгкого.
5. Профилактика заболеваний органов дыхания.

Лекция 4 Заболевания органов пищеварения. Сахарный диабет и его осложнения. Профилактика нарушений пищеварения и обмена веществ (2 часа).
1. Строение и функции органов пищеварения.
2. Основные симптомы заболеваний органов пищеварения.
3. Гастрит.
4. Язвенная болезнь желудка.
5. Острый энтероколит. Острый холицистит. Острый панкреатит.
6. Нарушение углеводного обмена. Сахарный диабет.
7. Профилактика нарушений пищеварения и обмена веществ.

Лекция 5 Инфекционные болезни и их профилактика(2 часа).
1. История инфекционных болезней.
2. Понятия об эпидемическом процессе, его формы.
3. Очаги инфекции. Изоляция источника инфекции. Карантин.
4. Иммунитет и защитные факторы организма. Антигены, антитела.
5. Прививки, вакцины и сыворотки. Роль образовательных и лечебных учреждений в организации и проведении прививок.
6. Основные группы инфекционных заболеваний. Инфекционные болезни в современном обществе.

Лекция 6 Характеристика детского травматизма и его профилактика (4 часа). Раны, их характер, опасности. Кровотечения, виды, опасности. Понятие о закрытых повреждениях. Переломы костей, их виды. Травматический шок. Термические повреждения.

Лекция 7. Биологические и социальные аспекты здорового образа жизни (2 часа). Здоровый образ жизни, факторы здоровья. Основные методы сохранения и укрепления здоровья. Вредные привычки, факторы риска для здоровья. Влияние злоупотребления психоактивными веществами на организм человека и формирование зависимости.

Лекция 8. Роль школы и семьи в сохранении здоровья детей (2 часа). Основные факторы риска развития различных форм патологий у школьников. Медико-педагогические аспекты профилактики болезней, передающихся половым путем, в подростковом возрасте. Роль образовательных учреждений в профилактике нарушений репродуктивного здоровья школьников. Роль государственных и негосударственных учреждений и организаций в сохранении здоровья детей.

5.4 Практикум (18ч)

РАЗДЕЛ I ЗДОРОВЬЕ, БОЛЕЗНЬ И ОБРАЗ ЖИЗНИ

Тема 1 Предмет и задачи «Основ медицинских знаний и здорового образа жизни». Здоровье и болезнь

Тема 2 Составляющие здорового образа жизни. Оценка здоровья и физического развития

РАЗДЕЛ II ВНУТРЕННИЕ БОЛЕЗНИ И ИХ ПРОФИЛАКТИКА

Тема 3 Заболевания сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Уход за кардиологическими и пульмонологическими больными

Тема 4 Заболевания пищеварительной и эндокринной систем. Первая помощь при отравлении

Тема 5 Медицинские манипуляции при уходе за больными

РАЗДЕЛ III ИНФЕКЦИОННЫЕ БОЛЕЗНИ И ИХ ПРОФИЛАКТИКА

Тема 6 Некоторые инфекционные заболевания и их профилактика

РАЗДЕЛ IV ПЕРВАЯ ДОВРАЧЕБНАЯ ПОМОЩЬ ПРИ НЕОТЛОЖНЫХ СОСТОЯНИЯХ. РЕАНИМАЦИЯ

Тема 7 Неотложные состояния и первая помощь при них

Тема 8 Травматизм. Первая помощь при травмах. Десмургия

РАЗДЕЛ V ГИГИЕНА ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

Тема 9 Профилактика заболеваний, сохранение и укрепление здоровья учащихся

5.5 Самостоятельная работа

№ п/п	Темы	Кол-во часов	Формы отчетности	Сроки	Формируемая компетенция
1	Предмет и задачи «Основ медицинских знаний и здорового образа жизни». Здоровье и болезнь	5	Научное сообщение, доклад. Проверка конспекта.	Ответ на практическом занятии, ответ на зачете.	ОК-9,О ПК-6
2	Составляющие здорового образа жизни. Оценка здоровья и физического развития	5	Научное сообщение, доклад. Проверка конспекта.	Ответ на практическом занятии, ответ на зачете.	
3	Заболевания сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Уход за кардиологическими и пульмонологическим и больными	2	Научное сообщение, доклад. Проверка конспекта.	Ответ на практическом занятии, ответ на зачете.	
4	Заболевания пищеварительной и эндокринной систем. Первая помощь при отравлении	2	Научное сообщение, доклад. Проверка конспекта.	Ответ на практическом занятии, ответ на зачете.	
5	Медицинские манипуляции при уходе за больными	2	Научное сообщение, доклад. Проверка конспекта.	Ответ на практическом занятии, ответ на зачете.	
6	Некоторые инфекционные заболевания и их профилактика	2	Научное сообщение, доклад. Проверка конспекта.	Ответ на практическом занятии, ответ на зачете.	
7	Неотложные состояния и первая помощь при них	2	Научное сообщение, доклад.	Ответ на практическом занятии, ответ на	

			Проверка конспекта.	зачете.	
8	Травматизм. Первая помощь при травмах. Десмургия	6	Научное сообщение, доклад. Проверка конспекта.	Ответ на практическом занятии, ответ на зачете.	
9	Профилактика заболеваний, сохранение и укрепление здоровья учащихся	10	Научное сообщение, доклад. Проверка конспекта.	Ответ на практическом занятии, ответ на зачете.	

5.5.1 Темы научных сообщений

Научное сообщение готовится в виде презентации.

Требования к оформлению презентации

1. Общие требования к презентации:

Презентация не должна быть *меньше 10 слайдов*.

Первый лист – это *титульный лист*, на котором обязательно должны быть представлены: *название проекта*; фамилия, имя, отчество *автора*; где работает автор проекта и его должность.

Следующим слайдом должно быть *содержание*, где представлены основные моменты доклада - презентации. Желательно, чтобы из содержания по гиперссылке можно перейти на необходимую страницу и вернуться вновь на содержание.

Информация по заявленной проблеме *изложена полно и чётко*. Обоснована *актуальность, цель и задачи*.

Материалы чётко структурированы, эффекты, применённые в презентации не отвлекают от её содержания, способствуют акцентированию внимания на наиболее важных моментах.

Фон слайда выполнен в приятных для глаз зрителя тонах.

Стиль оформления презентации (графического, звукового, анимационного) соответствует содержанию презентации и способствует наиболее полному восприятию информации. Все гиперссылки работают, анимационные объекты работают должным образом.

В заключение презентации приведены лаконичные, ёмкие *выводы*, выделен личный вклад в разработку заявленной проблемы, его нововведение. Приведён список *использованной литературы и Интернет-ресурсов*, информация об авторах проекта.

Тематика научных сообщений:

1. Детский травматизм и его виды.
2. Отравление, первая помощь.
3. Сахарный диабет, первая помощь при комах.
4. Переломы костей, транспортная иммобилизация.
5. Иммунитет, его виды.
6. Состояние здоровья детей на современном этапе.
7. Вакцины, сыворотки, гамма-глобулины.
8. Неотложные состояния у школьников.

Примечание: Тематический план примерный. Студенты имеют право на выбор темы по своим интересам.

6 Учебно-методическое обеспечение дисциплины

6.1 Рекомендуемая литература

6.1.1 Основная литература

Основная:

1. Волокитина, Т В. Основы медицинских знаний : учеб. пособие / Т. В. Волокитина, Г. Г. Бральнина, Н. И. Никитинская . - Москва: Академия, 2008. - 224 с.
2. Здоровье, профилактика заболеваний, неотложная помощь [Текст] : учебное пособие / С. А. Михайлова, Р. П. Романенко, Ж. Г. Шамсутдинова [и др.]. - 2-е изд., перераб. и доп. - Электрон. текстовые дан. - Горно-Алтайск: РИО ГАГУ, 2014. - 215 с.
2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс] учебное пособие для вузов / Р. И. Айзман, В. Б. Рубанович, М. А. Суботялов. - 2-е изд., стереотип. - Электрон. текстовые дан. - Новосибирск : Сибирское университетское изд-во, 2010. - 224 с. on-line. http:/ /biblioclub.ru /index. php?page=book_view&book_id=57603
3. Основы медицинских знаний (анатомия, физиология, гигиена человека и оказание первой помощи при неотложных состояниях) [Электронный ресурс] : учебное пособие / ред. И. В Гайворонский. - Электрон. текстовые дан. - Санкт-Петербург : СпецЛит, 2013. - 303 с. on-line http://biblioclub.ru/ index. php? page=book_view&book_id=104904

Дополнительная:

1. Основы медицинских знаний: учебно-методическое пособие / С. А. Михайлова, Р. П. Романенко, Ж. Г. Шестернина [и др.]. - Горно-Алтайск : РИО ГАГУ, 2006. - 128 с
2. Здоровье, профилактика заболеваний, неотложная помощь : учебное пособие / С. А. Михайлова, Р. П. Романенко, Ж. Г. Шестернина [и др.]. - Горно-Алтайск: РИО ГАГУ, 2005. - 176 с
3. Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний [Электронный ресурс] : учебное пособие / М. А. Морозов. - Электрон. текстовые дан. - Санкт-Петербург : СПб. СпецЛит, 2012. - 168 с http:// biblioclub.ru/ index. php?page=book_view&book_id=105041
4. Практические и лабораторные работы по дисциплине "Основы медицинских знаний и здорового образа жизни" [Текст]: учебно-методическое пособие / С. А. Михайлова , Ж. Г. Шестернина. - Горно-Алтайск : РИО ГАГУ, 2010. - 90 с
Общественное здоровье и здравоохранение: учебник / Лисицын Ю.П. – 2-е изд. – 2010. – 512 с.http://vmede. org/sait/?page= 3&idObshes_yvennoe_3d_ lisitsi _2010 &menu=Obshesyvennoe_3d_lisitsin_2010

7 Применение активных методов обучения

Тема дисциплины	Форма обучения
Введение в предмет ОМЗ. Проблемы здоровья	Ознакомительная лекция
Заболевания сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Уход за кардиологическими и пульмонологическими больными	Лекция с разбором конкретных ситуаций
Травматизм. Первая помощь при травмах	Практическая работа Решение ситуационных задач
Профилактика инфекционных болезней.	Практическая работа Решение ситуационных задач

Интерактивные формы обучения
Лекция с разбором конкретных ситуаций

Данная лекция по форме похожа на лекцию-дискуссию, однако на обсуждение преподаватель ставит не вопросы, а конкретную ситуацию. Обычно, такая ситуация представляется устно или в очень короткой видеозаписи, диафильме. Поэтому изложение ее должно быть очень кратким, но содержать достаточную информацию для оценки характерного явления и обсуждения.

Студенты анализируют и обсуждают эти микроситуации и обсуждают их сообща, всей аудиторией. Преподаватель старается активизировать участие в обсуждении отдельными вопросами, обращенными к отдельным студентам, представляет различные мнения, чтобы развить дискуссию, стремясь направить ее в нужное направление. Затем, опираясь на правильные высказывания и анализируя неправильные, ненавязчиво, но убедительно подводит студентов к коллективному выводу или обобщению.

Иногда обсуждение микроситуации используется в качестве пролога к последующей части лекции - для того чтобы заинтересовать аудиторию, заострить внимание на отдельных проблемах, подготовить к творческому восприятию изучаемого материала.

Чтобы сосредоточить внимание, ситуация подбирается достаточно характерная и острая. Однако это может потребовать слишком много учебного времени на ее обсуждение. Так например, приведя ситуацию, студенты могут начать приводить примеры подобных ситуаций из собственного опыта, и дискуссия постепенно уходит в сторону других проблем. Хотя это весьма полезно, но основным содержанием занятия является лекционный материал, и преподаватель вынужден останавливать дискуссию. Вот почему подбор и изложение таких ситуаций должны осуществляться с учетом конкретных рассматриваемых вопросов. Кроме того, у преподавателя должна остаться возможность перенести дискуссию на специально планируемое занятие, считая свою задачу - заинтересовать студентов - выполненной.

Лекция - визуализация учит студентов преобразовывать устную и письменную информацию в визуальную форму, что формирует у них профессиональное мышление за счет систематизации и выделения наиболее значимых, существенных элементов содержания обучения.

Подготовка данной лекции преподавателем состоит в том, чтобы изменить, переконструировать учебную информацию по теме лекционного занятия в визуальную форму для представления студентам через технические средства обучения или вручную (схемы, рисунки, чертежи и т.п.). К этой работе могут привлекаться и студенты, у которых в связи с этим будут формироваться соответствующие умения, развиваться высокий уровень активности, воспитываться личностное отношение к содержанию обучения.

Чтение лекции сводится к связному, развернутому комментированию преподавателем подготовленных наглядных материалов, полностью раскрывающему тему данной лекции. Представленная таким образом информация должна обеспечить систематизацию имеющихся у студентов знаний, создание проблемных ситуаций и возможности их разрешения; демонстрировать разные способы наглядности, что является важным в познавательной и профессиональной деятельности.

Тема занятия	Форма проведения	Количество часов	Компетенции
Введение в предмет ОМЗ и ЗОЖ	Ознакомительная лекция	2	ОК-9, ОПК-6:
Заболевания сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Уход за кардиологическими	Лекция с разбором конкретных ситуаций	2	

и пульмонологическими больными			
Травматизм. Первая помощь при травмах	Практическая работа Решение ситуационных задач	2	
Профилактика инфекционных болезней.	Практическая работа Решение ситуационных задач	2	

Контроль знаний студентов

7.1 Вопросы к зачету

Формируемые компетенции: ОК-9, ОПК-6

1. Дисциплина «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни», её цель и задачи.
2. Определение понятия здоровья, предболезнь и болезнь.
3. Этиология и патогенез болезни.
4. Здоровье – как многоуровневое состояние.
5. Адаптация. Адаптивно-защитные функции организма.
6. Место учреждений здравоохранения в охране здоровья населения
7. Здоровье индивидуальное и общественное: определение, взаимосвязь, различия.
8. Права гражданина в сфере здравоохранения, право на информацию о санитарно-эпидемиологическом благополучии проживания, достоверность информации об окружающей природной среде и мерах по ее охране.
9. Комплексная оценка состояния здоровья населения.
10. Критерии оценки индивидуального здоровья. Понятие индивидуальной и среднестатистической нормы.
11. Основные показатели популяционного здоровья: рождаемость, смертность, естественный прирост населения, заболеваемость, средняя продолжительность жизни.
12. Общественное (популяционное) здоровье, как фактор здорового и нездорового образа жизни.
13. Здоровый образ жизни и составляющие здоровья (полноценный отдых, оптимальный двигательный режим, сбалансированное питание, режим дня и др).
14. Внешние факторы, влияющие на здоровье: экологические, природно-климатические и социальные.
15. Наследственность и возрастные изменения – как внутренние факторы, влияющие на здоровье.
16. Возрастная периодизация. Закономерности роста и физического развития детей. Группы здоровья.
17. Гигиенические требования к обучению детей. Факторы обучения, неблагоприятно влияющие на здоровье школьника
18. Личная гигиена и закаливание организма.
19. Пути и средства формирования адекватного отношения личности к здоровью на разных этапах жизненного пути.
20. Социальное благополучие как составляющая здоровья.
21. Системный подход в оценке образа жизни Субъективные и объективные показатели здоровья человека.
22. Диагностические методы определения потенциала здоровья. Выбор показателей и критериев оценки уровня здоровья.

23. Программы для саморазвития и оздоровления. Значение волевых качеств личности в формировании здорового образа жизни.
24. Нравственность и интеллект как составляющие здоровой личности. Формирование системы ценностных ориентиров и нравственных запретов.
25. Здоровье индивидуальное и общественное: определение, взаимосвязь, различия. Социальные факторы, влияющие на индивидуальное и общественное здоровье.
26. Неотложные состояния при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
27. Болезни цивилизации. Особенности жизнедеятельности современного человека. Ожирение. Факторы риска развития заболеваний сердечно-сосудистой системы.
28. Гипертоническая болезнь. Атеросклероз.
29. Ишемическая болезнь сердца.
30. Ранние признаки инфаркта миокарда. Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний.
31. Доврачебная медицинская помощь при стенокардии, гипертоническом кризе, инфаркте миокарда.
32. Неотложные состояния при заболеваниях дыхательной системы.
33. Классификация острых терапевтических заболеваний: бронхиальной астмы, ложного крупа, пневмонии.
34. Диагностика острых респираторных вирусных заболеваний, признаки воспаления легких.
35. Доврачебная помощь при заболеваниях органов дыхания.
36. Профилактика заболеваний дыхательной системы и инфекций органов дыхания.
37. Причины нарушений пищеварения и обмена веществ.
38. Гастрит. Причины возникновения и клинические проявления. Особенности питания и ухода за больными с гастритом.
39. Язвенная болезнь желудка и двенадцатипёрстной кишки. Причины возникновения и клинические проявления. Особенности питания и ухода за больным с язвой.
40. Профилактика заболеваний пищеварительной системы.
41. Отравления лекарственными средствами. Отравления алкоголем. Отравления ядохимикатами, применяемыми в сельском хозяйстве. Первая медицинская помощь.
42. Пищевые отравления. Первая медицинская помощь.
43. Причины нарушений функций эндокринной системы.
44. Эндокринные заболевания и их клинические проявления.
45. Сахарный диабет. Причины сахарного диабета. Гипо- и гипергликемия. Клиника. Осложнения сахарного диабета. Понятие о диабетической коме (гипо- и гипергликемическая кома). Доврачебная неотложная помощь.
46. Профилактика нарушений углеводного обмена.
47. История инфекционных болезней.
48. Понятия об эпидемическом процессе, его формы.
49. Очаги инфекции. Изоляция источника инфекции. Карантин.
50. Иммунитет и защитные факторы организма. Антигены, антитела.
51. Прививки, вакцины и сыворотки. Роль образовательных и лечебных учреждений в организации и проведении прививок.
52. Основные группы инфекционных заболеваний. Инфекционные болезни в современном обществе.
53. Механизм развития инфекционных заболеваний, их классификация.
54. Понятия об эпидемическом процессе, его формы. Очаги инфекции. Изоляция источника инфекции. Карантин.
55. Гельминтозы. Особенности распространения. Клинические проявления. Лечение и профилактика.
56. Воздушно-капельные инфекции.
57. Желудочно-кишечные инфекции.
58. Гематогенные инфекции.
59. Зоонозные заболевания.

60. Болезни, передаваемые половым путём.
61. Основные противоэпидемические мероприятия.
62. Пищевые отравления бактериальными токсинами.
63. Профилактика инфекционных заболеваний в школе. Понятие «сигнализационный контроль». Федеральный закон «Об иммунопрофилактике инфекционных болезней» от 17 сентября 1998 г. № 157-ФЗ.
64. Кома. Первая помощь пострадавшему в состоянии комы.
65. Клиническая, социальная и биологическая смерть.
66. Понятие о реанимации. Основные приемы сердечно-легочной реанимации.
67. Правило нанесения удара по грудине.
68. Поражающее действие электрического тока. Первая помощь при поражении электрическим током. Профилактика электротравматизма.
69. Первая медицинская помощь при поражении молнией. Как избежать поражения молнией.
70. Признаки синего утопления. Помощь пострадавшему после извлечения из воды при сохранении у него рвотного рефлекса. Помощь пострадавшему без признаков жизни после синего утопления.
71. Первая медицинская помощь при бледном утоплении.
72. Осложнения после утопления. Экстренная помощь при ухудшении состояния пострадавшего спасённого после утопления.
73. Попадание инородных тел в дыхательные пути. Стадии асфиксии. Оказание помощи при попадании в дыхательные пути шарообразных предметов. Помощь при попадании в дыхательные пути монетообразных предметов. Правила извлечения инородного тела из дыхательных путей ударом под диафрагму.
74. Обморок и коллапс. Причины обмороков. Способы оказания первой помощи при обмороках.
75. Солнечный удар и первая медицинская помощь при нём.
76. Травматический шок. Эректильная и торпидная стадии шока. Первая медицинская помощь при шоке.
77. Ожоги. Определение площади ожогов. Степень ожога. Понятие об ожоговом шоке и ожоговой болезни. Первая помощь при ожогах.
78. Синдром длительного сдавления. Правила извлечения пострадавшего из завалов. Оказание первой помощи после извлечения из завалов.
79. Дайте определение травмы. Назовите виды травм.
80. Раны. Классификация ран, их особенности. Оказание доврачебной помощи при ранах. Раневая инфекция. Общие принципы лечения инфицированных ран.
81. Кровотечения: виды, опасности. Кровотечения и кровопотеря, признаки острой кровопотери. Признаки артериального, венозного, смешанного, капиллярного кровотечений. Доврачебная медицинская помощь при наружных кровотечениях.
82. Носовые кровотечения.
83. Внутренние кровотечения. Разновидности: легочное, внутригрудное, кровотечение в просвет желудочно-кишечного тракта, внутрибрюшное кровотечение. Доврачебная медицинская помощь при внутренних кровотечениях.
84. Показания для наложения жгута. Правила наложения жгута. Пальцевое прижатие. Места пальцевого прижатия.
85. Понятие о закрытых повреждениях. Ушибы. Растяжения связок. Межмышечные гематомы. Вывихи. Оказание первой доврачебной помощи.
86. Переломы костей, их виды. Признаки открытого и закрытого переломов. Признаки перелома позвоночника. Иммобилизация при переломах. Оказание неотложной помощи.
87. Черепно-мозговые травмы и переломы костей черепа. Сотрясение, ушиб, сдавление головного мозга. Признаки. Оказание первой доврачебной помощи.

88. Травматический шок. Понятие о защитных реакциях при шоке. Стадии травматического шока (эректильная и торпидная), их внешние проявления. Схема оказания первой медицинской помощи при травматическом шоке.
89. Термические повреждения. Ожоги, отморожения. Классификация. Клиническая картина. Оказание первой помощи.
90. Дайте определение асептики и антисептики, перечислите мероприятия по обеспечению асептики и антисептики.
91. Проникающие ранения. Первая помощь при проникающем ранении в грудную клетку. Пневмоторакс. Перечислите последовательность ПМП при проникающем ранении живота с выпадением внутренних органов.
92. Различия в способах транспортировки пострадавшего с черепно-мозговой травмой, находящегося в сознании и в бессознательном состоянии.
93. Типы повязок и техника их наложения.
94. Роль школы и семьи в сохранении здоровья учащихся. Основные факторы риска развития различных форм патологий у школьников.
95. Психическое здоровье учащихся (критерии, факторы риска, уровни психического здоровья, психическая норма).
96. Неврозы обучения и их причины.
97. Роль учителя в психогигиенических мероприятиях (умение снимать психическое напряжение, умение повышать эмоциональный тонус, создавать условия для эмоциональной разрядки, развивать коммуникабельность, высокие личностные качества).
98. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата. Нарушение осанки, патологические изгибы позвоночника, плоскостопие. Причины нарушения осанки. Профилактика. Последствия гиподинамии. Виды двигательной активности. Гигиеническая гимнастика, физическая культура, спорт, физкультминутки и их влияние на здоровье, выносливость и ловкость школьников.
99. Профилактика нарушений зрения. Миопия (близорукость). Причины развития. Коррекционно-воспитательная работа учителя.
100. Медико-педагогические аспекты профилактики болезней, передающихся половым путем, в подростковом возрасте.
101. Понятие «репродуктивное здоровье». Роль образовательных учреждений в профилактике нарушений репродуктивного здоровья школьников. Репродуктивное здоровье как показатель благополучия личности, общества и государства.
102. Умственная работоспособность. Динамика работоспособности. Утомление и переутомление. Резервы умственной работоспособности.
103. Режим дня. Физиолого-гигиеническое обоснование режима дня и условий обучения. Гигиеническая оценка режима дня детей и подростков.
104. Влияние на организм злоупотребления психоактивными веществами
105. Понятие о неотложных состояниях.
106. Техника выполнения подкожных инъекций.
107. Техника выполнения внутримышечных инъекций.
108. Техника измерения артериального давления.
109. Определение частоты пульса и дыхания.
110. Применение горчичников, компрессов, медицинских банок, закапывание лекарственных средств в уши и глаза и нос.
111. Иммунитет, его виды. Факторы, снижающие иммунитет. Методы создания приобретенного иммунитета. Прививочный календарь. Осложнения при введении вакцин и сывороток.
112. Сексуальная культура и здоровье. Методы планирования семьи.

7.2 Примерные тесты

<u>Указания:</u> Выберите варианты ответов, из которых один или несколько правильных. Номера выбранных Вами ответов укажите рядом с номером вопроса в бланке для ответов.

ВАРИАНТ 1

1. Здоровье – это:
а - отсутствие болезней и удовлетворительная субъективная оценка здоровья
б – положительная субъективная оценка здоровья
в – состояние полного физического, психического и социального благополучия

2. Здоровый образ не предполагает:
а – физически активный образ жизни
б – интеллектуальный образ жизни
в – эмоционально-насыщенный
г – нравственно-порядочный
д – психологически-напряженный

3. Факторы, определяющие здоровье человека:
а – наследственность
б – образ жизни
в – экология
г – здравоохранение
д – все выше перечисленное

4. Наибольшее значение для здоровья имеют:
а – наследственность
б – образ жизни
в – экология
г – здравоохранение

5. Факторы, имеющие наименьшее значение в формировании здоровья:
а – наследственность
б – образ жизни
в – экология
г – здравоохранение

6. Основными факторами риска для здоровья являются:
а – нерациональное питание
б – малоподвижный образ жизни
в – психическое перенапряжение
г – вредные привычки

7. Основными компонентами здоровья являются:
а – физический
б – психический
в – социальный

8. Курение не является фактором риска развития следующих заболеваний:
а – ожирение
б – сердечно-сосудистых
в – органов дыхания
г – органов пищеварения
д – онкологических

9. Основные факторы, способствующие возникновению ожирения:
а – неумеренное потребление углеводов

б – увеличение калорийности пищи
в – малоподвижный образ жизни
г – нерациональное питание

10. Для оценки физического развития могут использоваться данные:
а – рост
б – масса тела
в – ЖЕЛ
г – ОГК
д – ОГ
е – все выше перечисленное
11. Первичная профилактика – это:
а – предупреждение возникновения заболевания
б – предупреждение обострения заболевания
в – лечение осложнений

12. Физические перенапряжения могут вызвать заболевания вследствие:
а – малой нагрузки на нервно-мышечный аппарат
б – выполнение быстрых повторяющихся движений
в – длительность перерыва для отдыха
г – условия труда

13. Задача профилактических осмотров – это выявление:
а – хронических заболеваний
б – факторов риска
в – занимающихся спортом

14. Профилактика каких нарушений проводится в детском возрасте:
а – осанки
б – плоскостопия
в – близорукости
г – все перечисленное

15. Вторичная профилактика – это:
а – предупреждение возникновения заболевания
б – предупреждение обострения заболевания
в – лечение осложнений

16. Элементы приоритетных факторов здоровья:
а – красота
б – карьера
в – рейтинг в обществе
г – материальный стимул
д - все перечисленное

17 К методам коррекции здоровья относят:
а – расспрос
б – здоровьесберегающие технологии
в – составление индивидуальных оздоровительных программ
г – консультации

18. Обусловленность названия «вредные привычки»:
а – наносят вред окружающей природе
б – наносят вред здоровью человека
в – наносят вред обществу
г – наносят вред окружающим

19. Взаимоотношения табакокурения и наркомании:
а – курение у детей способствует развитию наркомании
б – курение является разновидностью легализованной наркомании (табачная наркомания)
в – курение не имеет никакого отношения к наркомании
г – курение защищает от развития наркомании

20. Вклад медицинских факторов в формирование здоровья населения составляет:
а – 15-20%
б – 10-15%
в – 20-25%
г – 50-55%

ВАРИАНТ 2

1. В медицине здоровье человека рассматривается как …
а - отсутствие хронических, наследственных заболеваний
б – состояние физического, психического и социального благополучия человека
в – нормальное функционирование всех систем организма человека
г – адаптация организма к факторам внешней среды

2. К факторам здоровья в образе жизни человека относится …
а - гиподинамия
б – курение
в – рациональное питание
г – закаливание

3. Дети четвертой медицинской группы по уровню здоровья обучаются …
а - в условиях стационара
б – в специализированных школах
в – в общеобразовательных школах
г – в общеобразовательных школах-интернатах

4. К основным показателям популяционного здоровья относятся …
а - статистические, экономические, демографические
б – медико-демографические, экономические
в – медико-демографические, заболеваемость, болезненность, инвалидность
г – природно-климатические, социологические

5. Взаимодействие возбудителя заболевания с восприимчивым организмом называется …
а - началом заболевания
б – защитной реакцией организма
в – инфекционным процессом
г – эпидемическим процессом

6. Иммунитетом называется способность организма …
а - предупреждать попадание микробов в организм
б – выводить токсины из организма
в – распознать генетически чужеродное и уничтожить
г – предупреждать переход острой формы заболевания в хроническую

7. Мероприятия по уничтожению микробов – возбудителей инфекционного заболевания называются …
а - дезинфекцией
б – дезинсекцией
в – иммунизацией
г – дератизацией
8. Понятие «здоровый образ жизни» относится к…
а - ежедневному поведению человека, позволяющему выполнять ему профессиональные навыки

б – обычному хорошему поведению человека
в – поведению человека, позволяющему выжить ему в экстремальных условиях
г – устойчивому стереотипу поведения, способствующему сохранению и укреплению здоровья индивидуума

9. Социально значимыми вредными привычками не являются…
а - курение
б – отсутствие режима дня
в – употребление наркотиков
г – злоупотребление алкоголем

10. Степень алкогольного опьянения не зависит от…
а - времени суток, количества участников
б – содержания алкоголя в напитке
в – времени употребления алкоголя
г – массы тела

11. Специфическими особенностями ребенка, влияющими на его здоровье являются…
а - врожденная устойчивость к действию патологических факторов
б – интенсивность процессов роста и обмена веществ
в – низкий уровень процессов обмена веществ и роста организма
г – отсутствие наследственных аномалий и повышенная невосприимчивость к инфекциям

12. К основным признакам первичного сифилиса относится …
а - гнойное отделяемое из мочеиспускательного канала
б – появление твердого шанкра
в – появление папулезной сыпи
г – появление розеолезной сыпи

13. Состояние полного физического, психического и социального благополучия детородной функции индивидуума называется _____ здоровьем
а - семейным
б – репродуктивным
в – индивидуальным
г – популяционным

14. Профилактика нарушений осанки:
а – гиподинамия
б – формирование мышечного корсета
в – мягкая постель

15. Совокупность экономических, правовых, медицинских мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья, называют охраной здоровья …
а - населения
б – работающих
в – пенсионеров
г – детей

16. для оценки функционального состояния используют:
а – рост
б – масса тела
в – ЧСС
г – ОГК
д – АД
е - возраст
ж – все выше перечисленное

17. К субъективным методам обследования относят:
а – осмотр
б – расспрос
в – выступление
г – выслушивание

18. Вклад генетических факторов в формирование здоровья населения составляет:
а – 15-20%
б – 10-15%
в – 20-25%
г – 50-55%
19. Фактор, имеющий наибольшее значение в формировании здоровья:
а – экологический
б – генетический
в – условия и образ жизни
г – медицинское обеспечение

20. Закаливание предупреждает:
а – простудные заболевания
б – заболевания желудочно-кишечного тракта
в – заболевания нервной системы
г – заболевания сердечно-сосудистой системы

Составитель: Симонова Ольга Ивановна к.б.н., доцент кафедры безопасности жизнедеятельности, анатомии и физиологии.

Заведующий кафедрой безопасности жизнедеятельности,
анатомии и физиологии _____ / Е.Г. Воронков