**Методические материалы по дисциплине «Основы медицинских знаний»**

**1 Методические рекомендации к закреплению лекционного материала**

Лекционный курс по «Основам медицинских знаний и здорового образа жизни», позволяет студентам усвоить базовую часть дисциплины. Помимо учебных пособий для закрепления лекционного материала студентам предлагаются презентационные материалы, вопросы для самоконтроля. В институте мозга им. В.М. Бехтерева просчитали мнемонические параметры обучаемых в высших школах, которые должны запоминать не менее 70% нового материала, иначе их IQ не соответствует требованиям высшего образования. Удивляет то, что в самой высшей школе не прослеживается качественный подход как к выбору будущих специалистов, так и к качеству усвоения лекционного материала. Алгоритм усвоения теоретического материала включает следующие техники:

– информаппетит (интересная подача и актуализация материала, без желания услышать и понять знания образовываться не могут, знания должны быть поданы «аппетитно»);

– информнасыщение (знания должны быть легко усваиваемые, приносить удовлетворение – «легко перевариваться», становиться частью потенциального опыта);

– ретранслятор (рефлексивно-оценочный этап, который включает не только обобщение, анализ и самоанализ, оценка и самооценка, оценивание, но и способность к трансляции вновь полученного знания на уровне 70% усвоения).

**2. Тезисы лекций.**

**Тема 1. Проблемы здоровья детей.**

Основные понятия и определения дисциплины. Цель и задачи ОМЗ и ЗОЖ. Определение понятия «здоровье». Наука о здоровье: состояние и перспективы. Медицина и здоровье. Место учреждений здравоохранения в охране здоровья населения. Предмет, содержание и задачи дисциплины, связь с валеологией, анатомией, физиологией, гигиеной, психологией, педагогикой, педиатрией и др. науками, их интеграция и взаимодействие. Здоровье и образ жизни. Значение ЗОЖ правильной организации и планирования жизни, учёбы, самовоспитания, духовного и физического развития, повышение умственной работоспособности, самосовершенствования.

Факторы, влияющие на здоровье детей и подростков. Определение понятия «здоровье» для детей и подростков. Распределение детей по группам здоровья. Закономерности роста и развития детей в пубертатном периоде. Возрастная периодизация и ее значение в охране здоровья. Понятие об акселерации и децелерации развития. Понятие «школьная зрелость». Факторы обучения неблагоприятно влияющие на здоровье школьника (интенсификация учебного процесса, чрезмерная сложность учебного материала, авторитарная тактика преподавания дисциплин, «оценочный фактор» и др.). Гигиенические требования к обучению детей. Санитарно-гигиеническая экспертиза учебных занятий. Группы здоровья.

Показатели индивидуального здоровья. Группы здоровья. Определение понятия «индивидуальное здоровье». «Факторы, влияющие на сохранение и укрепление здоровья: образ жизни, наследственность, окружающая среда и другие. Системный подход в решении проблем здоровья. Здоровье как общественная и личностная ценность. Социальное благополучие как составляющая здоровья. Закономерности и тенденции формирования и проявления отношения человека к здоровью. Пути и средства формирования адекватного отношения личности к здоровью на разных этапах ее жизненного пути. Здоровье индивидуальное и общественное: определение, взаимосвязь, различия. Социальные факторы, влияющие на индивидуальное и общественное здоровье. Основные статистические показатели. Комплексная оценка состояния здоровья населения. Право гражданина на информацию о состоянии здоровья и факторах, влияющих на здоровье, в том числе о санитарно-эпидемиологическом благополучии проживания, достоверность информации об окружающей природной среде и мерах по ее охране. Понятие социально-гигиенического мониторинга. Системный подход в оценке образа жизни. Критерии оценки индивидуального здоровья. Понятие индивидуальной и среднестатистической нормы. Субъективные и объективные показатели здоровья человека. Диагностические методы определения потенциала здоровья. Выбор показателей и критериев оценки уровня здоровья. Способы оценивания. Составление анкет. Принципы тестоанкетирования. Использование компьютерных программ для оценки корреляционных связей. Анализ корреляционных матриц. Поиск отрицательных коррелят. Принципы построения диагностических карт для определения уровня здоровья личности. Принципы моделирования процесса саморазвития и оздоровления.

Показатели популяционного здоровья. Основные показатели популяционного здоровья: показатели рождаемости, смертности, естественного прироста населения, показатель младенческой смертности, перинатальной смертности, детской смертности, заболеваемости, болезненности. Показатели средней продолжительности жизни. Критерии оценки популяционного здоровья. Общественное популяционное здоровье как фактор здорового и нездорового образа жизни.

**Тема 2. Основы микробиологии, эпидемиологии и иммунологии**

Основные понятия эпидемиологии и микробиологии. Инфекционные болезни в современном обществе. Механизм развития инфекционных заболеваний, их классификация. Понятия об эпидемическом процессе, его формы. Очаги инфекции. Изоляция источника инфекции. Карантин.

Основные понятия иммунологии. Понятие об иммунитете и основных защитных факторах организма. Антигены, антитела, реакции агглютинации. Аллергия и аллергические реакции. Вакцины и сыворотки. Показания и противопоказания к прививкам. Проблема качества вакцин и организации прививок. Роль лечеб­но-профилактических и санитарно-профилактических учреждений в организации и проведении прививок, оценка их эффективности. Правовые основы иммунопрофилактики.

Основные группы инфекционных заболеваний. Инфекционные болезни в современном обществе. Механизм развития инфекционных заболеваний, их классификация. Понятия об эпидемическом процессе, его формы. Очаги инфекции. Изоляция источника инфекции. Карантин.

Острые респираторные заболевания (ОРЗ). Грипп. Разновидности. Туберкулез. Причины роста заболеваемости. Различные формы клинических проявлений. Корь. Скарлатина. Дифтерия. Пути распространения. Клинические симптомы. Принципы лечения и профилактики. Полиомиелит. Программа ВОЗ глобальной ликвидации полиоми­елита. Программа Европейского регионального отделения ВОЗ предупреждения заболеваний дифтерией, столбняком и корью. Патогенез и клинические проявления кишечных инфекций. Устойчивость возбудителей. Механизм развития обезвоживания. Лечебные и профилактические мероприятия. Характеристика пищевых токсикоинфекций. Гепатит. Разновидности. Механизм развития клинических проявлений. Эпидемиология и профилактика. Гельминтозы. Особенности распространения. Клинические проявления. Лечение и профилактика.

Основные противоэпидемические мероприятия. Основные противоэпидемические мероприятия: 1) устранение источника инфекции (выявление больных; изоляция лечения); 2) мероприятия по пресечению распространения инфекции (обсервация и карантин), дезинфекционные мероприятия; 3) меры, повышающие невосприимчивость населения к инфекции (иммунизация, противомикробные средства, методы дезинфекции). Профилактика инфекционных заболеваний в школе. Понятие «сигнализационный контроль». Федеральный закон «Об иммунопрофилактике инфекционных болезней» от 17 сентября 1998 г. № 157-ФЗ.

**Тема 3. Понятие о неотложных состояниях и первой помощи при них. Реанимация.**

Неотложные состояния при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Болезни цивилизации. Особенности жизнедеятельности современного человека. Ожирение. Факторы риска развития заболеваний сердечно-сосудистой системы. Гипертоническая болезнь. Атеросклероз. Ишемическая болезнь сердца. Ранние признаки инфаркта миокарда. Доврачебная медицинская помощь при стенокардии, гипертоническом кризе, инфаркте миокарда.

Неотложные состояния при заболеваниях дыхательной системы. Классификация острых терапевтических заболеваний: бронхиальной астмы, ложного крупа, пневмонии. Диагностика острых респираторных вирусных заболеваний, признаки воспаления легких. Доврачебная помощь при заболеваниях органов дыхания.

Неотложные состояния при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. Разновидности отравлений. Объем доврачебной помощи при отравлениях веществами местного, резорбтивного и рефлекторного действия. Отравления лекарственными средствами. Отравления алкоголем. Отравления ядохимикатами, применяемыми в сельском хозяйстве. Пищевые отравления. Токсикоинфекции. Ботулизм. Сальмонеллез. Отравления грибами. Первая медицинская помощь. Меры предосторожности.

Неотложные состояния при заболеваниях эндокринной системы. Причины сахарного диабета. Гипо- и гипергликемия. Клиника. Осложнения сахарного диабета. Понятие о диабетической коме (гипо- и гипергликемическая кома). Доврачебная неотложная помощь.

Понятие о смерти и ее этапах. Понятие о реанимации. Реаниматология как наука. Классификация терминальных состояний и их клинические проявления. Синдромы нарушения газообмена в организме. Симптомы острой дыхательной недостаточности. Симптомы острой сердечно-сосудистой недостаточности. Признаки клинической и биологической смерти. Объем и очередность мер первой доврачебной медицинской помощи при терминальных состояниях. Основные приемы сердечно-легочной реанимации. Схема оказания неотложной помощи при клинической смерти (реанимация). Предвестники внезапной остановки сердца. Реанимационные мероприятия при остановке сердца. Реанимационные мероприятия при острых нарушениях дыхания. Оказание первой медицинской помощи при утоплении, электротравме, ударе молнии, повешении. Понятия гипоксии, ацидоза, некроза. Постреанимационные осложнения.

**Тема 4. Характеристика детского травматизма и его профилактика**

Раны, их характер. Опасности. Раны. Классификация ран, их особенности. Оказание доврачебной помощи. Раневая инфекция. Общие принципы лечения инфицированных ран.

Кровотечения: виды, опасности. Кровотечения и кровопотеря. Классификация кровотечений. Признаки артериального, венозного, смешанного, капиллярного кровотечений. Общие признаки кровопотери. Кровопотеря легкой, средней и тяжелой степеней. Доврачебная медицинская помощь при наружных кровотечениях (наложение давящей повязки, метод форсированного сгибания конечности с проложением давящего валика, метод пальцевого прижатия поврежденных сосудов, наложение жгута и закрутки и др.). Носовые кровотечения. Внутренние кровотечения. Разновидности: легочное, внутригрудное, кровотечение в просвет желудочно-кишечного тракта, внутрибрюшное кровотечение. Доврачебная медицинская помощь при внутренних кровотечениях.

Понятие о закрытых повреждениях. Ушибы. Растяжения связок. Межмышечные гематомы. Вывихи. Оказание первой доврачебной помощи. Переломы костей, их виды. Переломы, их разновидности. Клинические симптомы. Общие симптомы переломов. Признаки открытого и закрытого переломов конечностей. Признаки перелома позвоночника. Признаки повреждения костей черепа. Иммобилизация при переломах. Оказание неотложной помощи. Черепно-мозговые травмы. Сотрясение, ушиб, сдавление головного мозга. Признаки. Оказание первой доврачебной помощи.

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.

Термические повреждения. Ожоги, отморожения. Классификация. Клиническая картина. Оказание первой помощи.

**Тема 5. Биологические и социальные аспекты здорового образа жизни**

ЗОЖ, как фактор здоровья. Здоровье как общественная и личностная ценность. Социальное благополучие как составляющая здоровья. Закономерности и тенденции формирования и проявления отношения человека к здоровью. Пути и средства формирования адекватного отношения личности к здоровью на разных этапах ее жизненного пути. Этапы формирования мотивационных образований на здоровье и целостное восприятие жизни. Значение волевых качеств личности в формировании здорового образа жизни. Нравственность и интеллект как составляющие здоровой личности. Формирование системы ценностных ориентиров и нравственных запретов. Моделирование программ оздоровления. Пути и средства формирования адекватного отношения личности к здоровью на разных этапах ее жизненного пути.

Здоровье индивидуальное и общественное: определение, взаимосвязь, различия. Социальные факторы, влияющие на индивидуальное и общественное здоровье. Основные статистические показатели. Комплексная оценка состояния здоровья населения. Право гражданина на информацию о состоянии здоровья и факторах, влияющих на здоровье, в том числе о санитарно-эпидемиологическом благополучии проживания, достоверность информации об окружающей природной среде и мерах по ее охране.

Основные методы оздоровления и укрепления здоровья. Этапы формирования здоровья. Ценность жизни и ее смысл. Медико-гигиеническое воспитание и здоровый образ жизни как часть общей культуры человека. Зависимость образа жизни от социального положения, профессии, религии, национальных традиций. Народные обычаи и обряды в формировании культуры здоровья. Искусство и здоровье. Воздействие искусства на эмоциональную сферу человека. Психотерапевтический и психогигиенический эффект от эстетического воздействия. Особенности восприятия художественной литературы. Воспитание культуры чувств.

Проблемы духовного и физического оздоровления человека. Осознание основных жизненных ценностей и целей. Логотерапия В. Франкла (ценности созидания, ценности переживания, ценности отношения к жизни и судьбе). Духовная обусловленность саморазвития человека. Критичность и самокритичность. Иерархия достоинств и недостатков. Система самосовершенствования. Здоровье и творчество – путь к активному долголетию. Программа обновления.

Здоровье в иерархии потребностей. Закономерности и тенденции формирования отношения человека к здоровью. Концепция здоровья. Три гармонии здоровья (духовно-нравственное, психическое и физическое здоровье). Взаимосвязи понятий «здоровье» и «образ жизни». Понятие «нормы». Качество жизни. Системный и энерго-информационный подходы в оценке образа жизни. Факторы, влияющие на здоровье человека. Сознание и здоровье. Информация и здоровье. Экология и здоровье. Труд и здоровье. Компоненты здоровья. Сон. Движение. Дыхание. Питание. Планирование. Психологическая атмосфера. Этапы формирования здоровья. Самодиагностика. Формирование культуры духовного и физического здоровья.

Вредные привычки как фактор риска для здоровья. Понятие о негативных факторах, воздействующих на здоровье. Характеристика основных современных средовых факторов: абиотические факторы, атмосферный воздух, загрязнённая вода, продукты питания как фактор нездоровья, шумовое загрязнение, наследственные факторы. Социальные факторы. Социальная сущность наиболее распространенных заболеваний: алкоголизма, наркомании, токсикомании, психических заболеваний, ряда инфекционных заболеваний.

Влияние злоупотребления психоактивными веществами на организм человека и формирование зависимости. Злоупотребление алкоголем как социальная и медицинская проблема. Алкоголизм как болезнь. Распространенность алкоголизма. Медико-социальные последствия. Нравственные проблемы. Заболеваемость и смертность в результате злоупотребления алкоголем. Формирование алкогольной зависимости. Классификация алкоголизма и его основные клинические проявления. Соматические и неврологические последствия алкоголизма, проблема инвалидизации пьющих. Самоубийства больных алкоголизмом. Криминальное поведение. Особенности алкоголизма в различных половозрастных группах. Алкоголизм в подростково-юношеском возрасте. Алкоголизм у женщин. Алкоголизм у лиц пожилого возраста.

Употребление наркотиков как социальная и медицинская проблема. Распространенность различных видов наркомании. Социальные и медицинские последствия употребления наркотиков. Наркомания как болезнь. Формирование наркозависимости. Основные клинические проявления наркомании. Заболеваемость и смертность. Виды наркомании. Злоупотребление опиатами, гашишем, барбитуратами, кокаином, эфедроном, первитином, фенамином и пр. Полинаркомания. Диагностика злоупотребления наркотиками.

Токсикомания как медико-социальная проблема. Токсикомания в детском и подростковом возрасте. Биологические, психологические и социальные факторы, влияющие на формирование токсикоманий. Общая характеристика токсикоманий. Виды токсикоманий. Диагностика токсикоманий.

Распространенность табакокурения. Табакозависимость и ее формы. Социальные и медицинские последствия табакокурения.

Виды психотерапевтической и наркологической помощи.

**Тема 6. Роль школы и семьи в сохранении здоровья детей.**

Основные факторы риска развития различных форм патологий у школьников. Неврозы обучения и их причины Роль учителя в предупреждении дидактогении, школофобии, фрустрации и других школьных психосоматических нарушений. Психогигиена. Необходимость формирования психогигиенических навыков учителя: умение снимать психическое напряжение, умение повышать эмоциональный тонус, создавать условия для эмоциональной разрядки, развивать коммуникабельность, высокие личностные качества. Понятие о психической адаптации и дезадаптации. Основные критерии психического здоровья. Состояние предболезни. Факторы риска, влияющие на нарушение психического здоровья и развитие психических заболеваний. Факторы, влияющие на индивидуальное развитие и нарушение нервно-психической реактивности. Критические периоды развития и их влияние на психическое здоровье. Уровни психического здоровья. Взаимосвязь представлений о психическом здоровье и психической норме. Психическая норма как функциональный оптимум. Критерии психической нормы и их противоречивость. Биологическая и социальная обусловленность психического здоровья. Психогигиенический мониторинг учебного процесса.

Нарушение осанки, патологические изгибы позвоночника, плоскостопие. Причины нарушения осанки. Профилактика. Последствия гиподинамии. Виды двигательной активности. Гигиеническая гимнастика, физическая культура, спорт, физкультминутки, физкультпаузы и их влияние на здоровье, выносливость и ловкость школьников.

Миопия (близорукость). Причины развития. Биоэнергетическая концепция развития близорукости. Коррекционно-воспитательная работа учителя.

Медико-педагогические аспекты профилактики болезней, передающихся половым путем, в подростковом возрасте. Роль образовательных учреждений в профилактике нарушений репродуктивного здоровья школьников. Репродуктивное здоровье как показатель благополучия личности, общества и государства. Понятие «репродуктивное здоровье». Демографические показатели. Современная статистика данных по репродуктивному здоровью и рождаемости в России. Социальные причины низкой репродукции народонаселения. Репродуктивное поведение и его безопасность. Этические представления о беременности, материнстве, современных методах контрацепции, искусственного прерывания беременности и репродуктивных медицинских технологиях.

Понятие об абортах, характеристика, осложнения. Причины самопроизвольного аборта: инфантилизм, болезни желез внутренней секреции, резус-конфликт, инфекционные заболевания, воздействие химических веществ, курение, алкоголь, лекарственные препараты. Медицинские последствия абортов. Последствия искусственного аборта у нерожавших женщин. Гнойно-септические осложнения. Аборт в подростковом возрасте. Нравственное воспитание подростков. Юное материнство как социально-медицинская проблема. Нормативно-правовая база охраны материнства и детства.

Роль государственных и негосударственных учреждений и организаций в сохранении здоровья детей. Здоровьесберегающая парадигма деятельности учителя. Педагогика здоровья, как компонент гуманистического образования – раздел педагогики, разрабатывающий методы сохранения, приобретения и умножения здоровья. Система оздоровления школы и дошкольных учреждений – формирование саногенного мышления. Культура умственного труда. Динамика работоспособности. Утомление и переутомление. Резервы умственной работоспособности. Рациональные способы запоминания. Рационализация работы. Методы уплотнения времени. Мыслительный и эмоциональный компонент умственной работы. Техники умственного труда. Стимуляция интеллектуальной работоспособности учителя и учеников. Принципы моделирования эргономичной деятельности школьников. Физиолого-гигиеническое обоснование режима дня и условий обучения. Гигиеническая оценка режима дня детей и подростков.

**3. Методические рекомендации к проведению практических (семинарских) занятий**

Практические (семинарские) занятия по «Основам медицинских знаний» призваны формировать медико-гигиенические умения будущих тренеров. Студенты знакомятся с основами клинической медицины, приобретают навыки по оказанию первой медицинской помощи пострадавшему, уходу за больными, осваивают методы диагностического исследования больного. Помимо этого будущие специалисты учатся проводить гигиеническую экспертизу занятия и расписания, оценивать суммарную учебную нагрузку и основные режимные моменты, влияющие на здоровье школьников.

Осваивают психолого-педагогические техники оздоровления, способствующие не только укреплению здоровья, но и стимуляции умственной работоспособности, творческой активности, лучшему усвоению и запоминанию новой информации. Овладевают методами и приемами здоровьесберегающего обучения школьников, изучают основы системного подхода к развитию культуры здоровья.

Для полноценной подготовки к лабораторным занятиям необходимо изучить теоретическую часть вопросов, указанных в учебной программе дисциплины по рекомендуемой литературе.

**4. Методические подходы к проведению лабораторно-практических занятий**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Темы семинарских занятий | Формы занятия | Образовательные технологии, методы обучения | Средства обучения | Рекомендованная учебная, учебно-методическая и научно-методическая литература | Формы контроля |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 1. | **Раздел 4**  **Основы здорового образа жизни**  **Тема 1**  Здоровый образ жизни как биологическая и социальная проблема. | Интерактивная практика с элементами альтернативной дискуссии. | Технология «активного обучения», включающая проблемно-поисковый, дискуссионный, коррекционно-моделирующий и результативный этапы. | Учебная программа «Основы медицинских знаний и здоровый образ жизни» и рекомендованная литература;  Технические средства: экран, кодоскоп; пленки к кодоскопу «Здоровье и факторы, его определяющие», «Абиотические факторы среды», «Группы риска». | Основная литература  1. Артюнина Г.П., Игнатькова С.А. Основы медицинских знаний: Здоровье, болезнь и образ жизни: Учебное пособие для высшей школы. – 3-е изд. – М.: Академический Проект, 2005. – 560 с.  Дополнительная литература  1. Васильева О.С., Филатов Ф.Р. Психология здоровья человека: эталоны, представления, установки: Учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2001.1. Гаврильчук А. Здоровый образ жизни, его принципы и составляющие // ОБЖ. № 5. 2001.  2. Давиденко Д., Петренко В. Основы здорового образа жизни // ОБЖ. № 4. 2003.  3. Давиденко Д., Хомутов Г. Формулы здоровья // ОБЖ. № 9-10. 2003.  4. Степановских А.С. Общая экология: Учебник для ст-тов вузов по эколог. спец. – Курган: Зауралье, 1999. – 512с.  5. Петров К. М. Общая экология: Взаимодействие общества и природы: Учеб. пособие для ст-тов вузов. - СПб.: Химия, 1998. – 352с.  6. Марков В.В. Основы здорового образа жизни и профилактика болезней: Учеб. пособие для ст-тов пед. вузов по спец. 033300- безопасность жизнедеятельности/ Марков, Валерий Васильевич. - М.: Академия, 2001. - 320с.  7. Бродский, Андрей Константинович Краткий курс общей экологии: Учебное пособие/ Бродский, Андрей Константинович. - СПб.: ДЕАН, 2000. – 224с. | Тематическое собеседование, анализ творческой самостоятельной работы по тематике. |
| 2. | **Раздел 3**  **Профилактика инфекционных заболеваний**  **Тема 1**Профилактика кишечных инфекций | Практическое занятие | Технология «активного обучения», включающая проблемно-поисковый, игровой метод. (игра «Знахарь») | Учебная программа Основы медицинских знаний и здоровый образ жизни» и рекомендованная литература.  Технические средства: экран, проектор; ноутбук, презентационная программа «Инфекционные заболевания».  Демонстрация фрагментов фильма «Враг внутри» (DVD коллекция ВВС «Сверхчеловек: самоисцеление и регенерация человеческого организма» | Основная литература  1. Артюнина Г.П., Игнатькова С.А. Основы медицинских знаний: Здоровье, болезнь и образ жизни: Учебное пособие для высшей школы. – 3-е изд. – М.: Академический Проект, 2005. – 560 с.  Дополнительная литература  1. Энциклопедический справочник медицины и здоровья. - М.: Русское энцикл. товарищество, 2004. - 960с.  2. Лучшие рефераты по основам медицинских знаний / [сост. Л.П.Черникова]. – Ростов н/Д: Феникс, 2002. - 320с. | Обсуждение докладов. Тестирование по теме. |
| 3. | **Раздел 1**  **Первая медицинская помощь при неотложных состояниях, травмах и повреждениях**  **Тема 1**  Основные признаки неотложных состояний при заболевании или поражении сердечно-сосудистой системы.  (2 часа) | Практическое занятие | Праксиологическая технология «знания-в умения-и навыки» | Методические рекомендации «Понятие о реанимации».  Технические средства: экран, проектор; ноутбук, презентационная программа «Основные приемы сердечно-легочной реанимации».  Демонстрация фрагментов фильма «Оказание первой медицинской помощи» | Основная литература  1. Артюнина Г.П., Игнатькова С.А. Основы медицинских знаний: Здоровье, болезнь и образ жизни: Учебное пособие для высшей школы. – 3-е изд. – М.: Академический Проект, 2005. – 560 с.  Дополнительная литература  1. Энциклопедический справочник медицины и здоровья. - М.: Русское энцикл. товарищество, 2004. - 960с.  2. Лучшие рефераты по основам медицинских знаний / [сост. Л.П.Черникова]. – Ростов н/Д: Феникс, 2002. - 320с. | Проверка закрепленных умений.  Анализ и обсуждение практической работы. |
| 4. | **Тема 4**  Профилактика инфекционных болезней, передающихся половым путем (4 часа) | Коллоквиум | Проблемно-поиско-вый метод обучения. | – учебная программа «Основы медицинских знаний и здоровый образ жизни» и рекомендованная литература;  Технические средства: экран, проектор; ноутбук, презентационная программа: «Неотложные состояния при заболеваниях сердечно-сосудистой системы». | Основная литература  1. Артюнина Г.П., Игнатькова С.А. Основы медицинских знаний: Здоровье, болезнь и образ жизни: Учебное пособие для высшей школы. – 3-е изд. – М.: Академический Проект, 2005. – 560 с.  2. Энциклопедический справочник медицины и здоровья. - М.: Русское энцикл. товарищество, 2004. - 960с.  Дополнительная литература  1. Марков В.В. Основы здорового образа жизни и профилактика болезней: Учеб. пособие для ст-тов пед. вузов по спец. 033300- безопасность жизнедеятельности/ Марков, Валерий Васильевич. - М.: Академия, 2001. - 320с.  2.Соковня-Семенова И.И. Основы здорового образа жизни и первая медицинская помощь: Учеб. пособие для ст-тов сред. пед. учеб. завед., обуч. по спец. "Педагогика и методика нач. образования" / Соковня-Семенова И.И. - 2-е изд.,стереотип. - М.: Академия, 2000. - 208с.  3. Лучшие рефераты по основам медицинских знаний / [сост. Л.П.Черникова]. – Ростов н/Д: Феникс, 2002. - 320с. | Защита самостоятельных работ по тематике, обсуждение проектов профилактики наиболее распространенных сердечно-сосудис-тых заболеваний.  Итоговое тестирование по разделу. |
| 5. | **Раздел 2 Уход за пострадавшими и больными**  **Тема 1**  Физиологические пробы определения здоровья  (2 часа) | Пресс-конференция – интерактивная практика | Технология «расширения знаний» | Методические указания к проведению интерактивных семинаров и практических занятий по дисциплине «Основы медицинских знаний и здоровый образ жизни».  Технические средства: экран, проектор; ноутбук, презентационная программа, подготовленная студентами. | Основная литература  1. Артюнина Г.П., Игнатькова С.А. Основы медицинских знаний: Здоровье, болезнь и образ жизни: Учебное пособие для высшей школы. – 3-е изд. – М.: Академический Проект, 2005. – 560 с.  2. Артюнина Г.П.. Основы социальной медицины: Учебное пособие для вузов. – М.: Академический Проект, 2005. – 576 с.  Дополнительная литература  1. Марков В.В. Основы здорового образа жизни и профилактика болезней: Учеб. пособие для ст-тов пед. вузов по спец. 033300- безопасность жизнедеятельности/ Марков, Валерий Васильевич. - М.: Академия, 2001. - 320с.  2.Соковня-Семенова И.И. Основы здорового образа жизни и первая медицинская помощь: Учеб. пособие для ст-тов сред. пед. учеб. завед., обуч. по спец. "Педагогика и методика нач. образования" / Соковня-Семенова,Ирина Ильинична. - 2-е изд.,стереотип. - М.: Академия, 2000. - 208с.  3. Лучшие рефераты по основам медицинских знаний / [сост. Л.П.Черникова]. – Ростов н/Д: Феникс, 2002. - 320с. | Взаимоопрос и взаимооценивание, анализ и обсуждение тематических докладов, проблемных вопросов, дополнений. |
| 6. | **Раздел 2 Уход за пострадавшими и больными Тема 2**  Меры воздействия на кровообращение (2 часа) | Практическое занятие | Праксиологическая технология «знания-в умения-и навыки» | Методические рекомендации «Понятие о реанимации».  Технические средства: экран, проектор; ноутбук, презентационная программа «Основные приемы сердечно-легочной реанимации».  Демонстрация фрагментов фильма «Оказание первой медицинской помощи» | Основная литература  1. Артюнина Г.П., Игнатькова С.А. Основы медицинских знаний: Здоровье, болезнь и образ жизни: Учебное пособие для высшей школы. – 3-е изд. – М.: Академический Проект, 2005. – 560 с.  Дополнительная литература  1. Энциклопедический справочник медицины и здоровья. - М.: Русское энцикл. товарищество, 2004. - 960с.  2. Лучшие рефераты по основам медицинских знаний / [сост. Л.П.Черникова]. – Ростов н/Д: Феникс, 2002. - 320с. | Проверка закрепленных умений.  Анализ и обсуждение практической работы. |
| 7. | **Раздел 4**  **Основы здорового образа жизни**  **Тема 3**  Социально-психологические аспекты здорового образа жизни  **Тема 5.**  Подростковая наркомания, токсикомания, алкоголизм  2 часа | Коллоквиум | Проблемно-поиско-вый метод обучения. | – учебная программа по «Основы медицинских знаний и здоровый образ жизни» и рекомендованная литература;  Технические средства: экран, кодоскоп; пленки к кодоскопу: «Наркотики и организм человека», «Группы риска». Теле-видео- аппаратура: Dallas Telecourses. «Здоровый образ жизни». «Наркомания и злоупотребление наркотиками». | Основная литература  1. Артюнина Г.П., Игнатькова С.А. Основы медицинских знаний: Здоровье, болезнь и образ жизни: Учебное пособие для высшей школы. – 3-е изд. – М.: Академический Проект, 2005. – 560 с.  Дополнительная литература  1.Соковня-Семенова И.И. Основы здорового образа жизни и первая медицинская помощь: Учеб. пособие для ст-тов сред. пед. учеб. завед., обуч. по спец. "Педагогика и методика нач. образования" / Соковня-Семенова,Ирина Ильинична. - 2-е изд.,стереотип. - М.: Академия, 2000. - 208с.  3. Лучшие рефераты по основам медицинских знаний / [сост. Л.П.Черникова]. – Ростов н/Д: Феникс, 2002. - 320с. | Защита самостоятельных работ по тематике, обсуждение проектов оздоровления социальной среды и профилактики наиболее распространенных заболеваний.  Итоговое тестирование по разделу. |
| 8. | . **Раздел 4**  **Основы здорового образа жизни**  **Тема 4**  Психолого-педагогические аспекты здорового образа жизни  (4 часа) | Интерактивное занятие, завершающееся защитой самостоятельных работ по эргономике и культуре умственного труда. | Проблемно-поиско-вый метод обучения | Методические указания к проведению интерактивных семинаров и практических занятий по дисциплине «Основы медицинских знаний и здоровый образ жизни». | Литература   1. Здоровье и гигиена: норм. правовые док-ты : в 2 вып. вып.1. - М.: ТЦ Сфера, 2004. - 96с.  2. Здоровье и гигиена: норм. правовые док-ты : в 2 вып. вып.2. - М.: ТЦ Сфера, 2004. - 96с.  Дополнительная литература  1. Избранные лекции по возрастной физиологии и школьной гигиене: Учеб. пособие для ст-тов пед. высш. и сред. спец. учеб. заведений / Р.И. Айзман; В.М. Ширшова; Новосибирский гос. пед. ун-т. - Новосибирск: Сибирское университ. изд-во, 2002. – 136с. | Анализ и обсуждение тематических докладов. Проверка самостоятельной работы по моделированию эргономичной деятельности школьников. |

**5. Методические материалы самостоятельной работы студентов**

**ПО КУРСУ «ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ»**

**Самостоятельная работа студентов по курсу «Основы медицинских знаний» направлена** на повышение качества усвоения дисциплины и приобретению необходимых умений и навыков. Методические рекомендации по организации СРС отражают объём, содержание самостоятельной работы, её виды и формы организации, методы, формы контроля, план-график выполнения СРС, рекомендуемую литературу (основную и дополнительную), требования к представлению и оформлению результатов СРС.

**Рекомендации к выполнению самостоятельной работы**

Самостоятельная работа студента предполагает изучение части тем, подготовку докладов, сообщений, выполнение творческих работ по курсу «Основы медицинских знаний». Помимо этого, студентами самостоятельно рассматриваются предлагаемые преподавателем вопросы к активным семинарам, инновационным видам практических занятий, разрабатываются сценарии дискуссий и альтернативных выступлений. Данные виды учебной деятельности формируют у студентов умение работать с учебной, валеологической, медицинской литературой, требуют отражения личного отношения к поставленному вопросу, высказываний собственных убеждений, проявления инициативы.

Предлагаемый нами комплекс разнообразных видов самостоятельной работы различается по следующим признакам:

– по характеру деятельности – репродуктивные, творческие;

– по форме организации – коллективные, групповые, индивидуальные;

– по целевой направленности – теоретические и практические задания;

– по месту в учебном процессе – для восприятия, осмысления, закрепления, систематизации и обобщения знаний;

– по степени активности студентов, их отношению к заданиям – обязательным и дополнительные, общим и вариативным, заданиям в рамках учебного процесса и заданиям по интересам.

Самостоятельная работа позволяет через систему усложняющихся заданий лучше усвоить курс «Основы медицинских знаний» и выбрать подходы к освоению новых пластов знаний по дисциплинам специализации. Характер сочетания тех или иных видов самостоятельной работы зависит от задач изучения темы (усвоения ведущих понятий, анализа фактов, стратегических идей), содержания учебного материала (фундаментального, теоретико-практического или прикладного), этапа обучения.

**Требования, предъявляемые к самостоятельной работе студентов.** Содержание работы должно быть научным, теоретические положения систематизированы и сведены к четким и логичным выводам, раскрыта практическая значимость изучаемого вопроса, отражена связь с будущей профессией и собственное отношение к наиболее волнующим моментам.

При выполнении творческой реферативной работы необходимо учитывать, что ее минимальный объем должен быть не менее 10 страниц текста, включающих план изложения темы, ее содержания с ссылками на использованную литературу, выводы и библиографию, составленную в алфавитном порядке с учетом современных требований.

**6. Методические рекомендации по написанию рефератов и контрольных работ**

Реферат и контрольная работа по данному учебному курсу являются важным этапом обучения, способствующим формированию самостоятельного освоения учебного материала. Такие работы позволяют осуществлять контроль за самостоятельной работой студентов и оценить их подготовленность. Эти работы являются краткой самостоятельной разработкой конкретной темы с элементами научного анализа, отражающей уровень теоретических знаний и практических навыков, умение работать с литературой, анализировать источники, делать обоснованные выводы. Тематика рефератов и контрольных работ, как правило, определяется преподавателем в соответствии с программой прохождения курса. Возможны и инициативные темы, предлагаемые студентами и согласованные с преподавателем. В этом случае студент должен обосновать ее необходимость. Идеи для выбора темы реферата могут возникать также и в ходе заслушивания и обсуждения докладов и выступлений на семинарах.

При выполнении реферата или контрольной работы необходимо учитывать, что ее минимальный объем должен быть не менее 10 страниц машинописного текста, включающих план изложения темы, ее содержания со ссылками на использованную литературу, выводы и библиографию, составленную в алфавитном порядке с учетом современных требований.

Название должно соответствовать содержанию. Исходя из названия работы, студент ограничивает круг вопросов, разрабатываемых в теме. Изложение должно быть достаточно развернутым, чтобы отражать рамки исследования, но при этом не содержать лишних слов. Студент должен пытаться избегать поверхностного, описательного характера работы. С выбором темы неразрывно связаны подбор и изучение студентом литературы. Итогом этой работы должна стать логически выстроенная система сведений по существу исследуемого вопроса. *Список источников и литературы* составляется по алфавиту с точным указанием выходных данных книги, статьи(место и год выхода, издательство и др.). *Приложения* могут быть различными: таблицы, схемы, графики, диаграммы, иллюстрации и т.д. Приложения оформляются после списка литературы и располагаются в порядке ссылок в тексте. Каждое приложение начинается с нового листа с обозначением в правом верхнем углу словом «Приложение». Приложения должны нумероваться последовательно, арабскими цифрами (например, «Приложение 5») и иметь заголовок. Если приложение одно, то оно не нумеруется.

Содержание работы должно быть научным, теоретические положения систематизированы и сведены к четким и логичным выводам, раскрыта практическая значимость изучаемого вопроса, отражена связь с будущей профессией и собственное отношение к наиболее волнующим моментам.