

Автономное образовательное учреждение
высшего образования Ленинградской области
«Гатчинский государственный университет»

Утверждаю
Проректор по образовательной
деятельности и цифровой
трансформации
Е.В. Карпичев
«26» декабря 2024 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ДИСЦИПЛИНЕ
«ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ: АНАТОМИЯ, ФИЗИОЛОГИЯ, ГИ-
ГИЕНА ЧЕЛОВЕКА И ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ»

Направление подготовки:
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
(уровень бакалавриата)

Направленность (профиль) образовательной программы
«Математика и информатика»

Формы обучения
очная

Гатчина
2025

Рабочая программа по дисциплине «Основы медицинских знаний: анатомия, физиология, гигиена человека и оказание первой помощи» разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (далее ФГОС ВО) по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), направленность (профиль) образовательной программы «Математика и информатика»

Уровень: бакалавриат

Организация-разработчик: ГАОУ ВО ЛО «Гатчинский государственный университет»

Разработчик: к.э.н. Сипунова Н.В.

Рассмотрена и одобрена на заседании кафедры педагогического образования «17» октября 2025 г. Протокол №2.

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель ОП



/ Закутняя Т.В.

Содержание

1. Пояснительная записка (цели и задачи) освоения дисциплины (модуля)	4
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	4
3. Место дисциплины в структуре образовательной программы	5
4. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических или астрономических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся.....	6
5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических или астрономических часов и видов учебных занятий	6
6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)	9
7. Фонд оценочных и методических материалов для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине	11
8. Перечень основной, дополнительной учебной литературы, ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля).....	15
Основная литература:	15
9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	17
10. Особенности освоения дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.....	20
11. Перечень информационных технологий, профессиональных баз данных, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем.....	21
12. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)	21

1. Пояснительная записка (цели и задачи) освоения дисциплины (модуля)

Курс «Основы медицинских знаний: анатомия, физиология, гигиена человека и оказание первой помощи» занимает ведущее место при подготовке бакалавров по направлению 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки).

Целью освоения дисциплины «Основы медицинских знаний: анатомия, физиология, гигиена человека и оказание первой помощи» является:

- овладение необходимыми знаниями и приемами оказания первой медицинской (неквалифицированной) помощи при неотложных состояниях и остро развивающихся заболеваниях;

- получение знаний о проблемах здоровья учащихся разных возрастных групп, о мерах и методах первичной и вторичной профилактики заболеваний, а также привитие необходимой для педагога гигиенической культуры.

Задачи освоения дисциплины включают:

- формирование знаний о строении и функциях организма;
- соблюдение гигиенических правил и умение оказывать первую помощь при неотложных состояниях и травмах.

Эти задачи связаны с изучением аспектов анатомии, физиологии, гигиены и оказания первой помощи, которые составляют теоретическую основу медицинских знаний.

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

Дисциплина «Основы медицинских знаний: анатомия, физиология, гигиена человека и оказание первой помощи» участвует в формировании следующей компетенции (следующих компетенций):

Код УК	Формулировка компетенции	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
УК-8.	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в про-	УК-8.1 Знает основы физиологии и рациональные условия деятельности; анатомо-физиологические последствия воздействия на человека травмирующих, вредных и поражающих факторов; методы исследования устойчивости

	профессиональной деятельности в опасных условиях жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и вооруженных конфликтов	функционирования объектов и технических систем в чрезвычайных ситуациях; методы прогнозирования чрезвычайных ситуаций и разработки моделей их последствий; организацию и ведение гражданской обороны на объекте
		УК-8.2 Умеет проводить контроль параметров и уровня негативных воздействий на соответствие нормативным требованиям; эффективно применять средства защиты от негативных воздействий; разрабатывать мероприятия по повышению безопасности и экологичности профессиональной деятельности; осуществлять безопасную и экологичную эксплуатацию систем и объектов; планировать мероприятия по защите в чрезвычайных ситуациях и (при необходимости) принимать участие в проведении спасательных и других неотложных работ при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций
		УК-8.3 Владеет правовыми, нормативно-техническими и организационными основами безопасности жизнедеятельности

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Основы медицинских знаний: анатомия, физиология, гигиена человека и оказание первой помощи» относится к обязательной части образовательной программы.

Шифр компетенции	Предшествующие дисциплины (модули), практики учебного плана, в которых осваивается компетенция	Дисциплины (модули), практики учебного плана, в которых компетенция осваивается параллельно с изучаемой дисциплиной	Последующие дисциплины (модули), практики учебного плана, в которых осваивается компетенция
1	2	3	4
УК-8	Безопасность жизнедеятельности.	-	Основы военной подготовки Производственная практика (вожатская практика) Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена Выполнение и защита выпускной квалификационной работы

			работы
--	--	--	--------

4. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических или астрономических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость освоения учебной дисциплины «Основы медицинских знаний: анатомия, физиология, гигиена человека и оказание первой помощи» составляет 3 зачетных единицы или 108 академических часов.

Курс / семестр		II курс / 3 семестр	Всего, часов
Общая трудоемкость (всего ак. часов / з.ед)		108/3	108/3
Контактная работа	Лекции	16	16
	Практические занятия	16	16
Самостоятельная работа		40	40
Вид промежуточной аттестации (экзамен)	Конт.раб./сам.раб.	2,3/33,7	2,3/33,7

5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических или астрономических часов и видов учебных занятий

№	Наименование раздела дисциплины (тема)	Трудоемкость			Содержание
		всего	Контактная работа	само	

			лекции	практич. занятия	лабор. занятия	
1.	Введение в медицину. Проблемы здоровья учащихся и занимающихся физической культурой различных возрастных групп и основные признаки нарушения здоровья. Понятие здорового образа жизни и его составляющие.	12	4	4	-	4
						Цель и задачи дисциплины. Определение понятия «здоровье». Факторы, обуславливающие здоровье. Понятие здорового образа жизни и его составляющие. Значение ЗОЖ в 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. Факторы, влияющие на здоровье спортсменов. Определение и показатели индивидуального здоровья, методы его оценки. Факторы, влияющие на сохранение и укрепление здоровья. Противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений с учетом заболеваний. Использование общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья. Понятие о медицинских противопоказаниях к занятиям физической культурой и спортом, а также о противопоказаниях и ограничениях к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей. Польза занятий физическими упражнениями и спортом для здоровья, формирование осознанного отношения и мотивации различных групп населения к здоровому образу жизни.

2.	Адаптационные механизмы человека и влияние факторов среды на здоровье.	10	2	2	-	6	Адаптация и влияние факторов среды на здоровье человека. Понятие адаптации. Понятие о стрессе как механизме адаптации. Механизм развития стресса. Влияние стресса на здоровье человека. Дистресс. Химическое загрязнение среды и здоровье человека. Вредные привычки как фактор риска для здоровья. Понятие о негативных факторах, воздействующих на здоровье. Влияние злоупотребления психоактивными веществами на организм человека и формирование зависимости.
3.	Генетические заболевания	10	2	2	-	6	Понятие о наследственности, генетический код, генетическая карта. Генная инженерия, трансгенные растения и животные. Роль наследственности и среды в развитии патологии. Наследственные болезни: хромосомные, генные, геномные. Врожденные пороки развития и болезни с наследственным предрасположением. Профилактика врожденных болезней. Гигиена зачатия и беременность.
4.	Основы эпидемиологии и иммунологии	10	2	2	-	6	Инфекционные болезни в современном обществе, меры профилактики инфекционных заболеваний. Основные понятия иммунологии. Понятие об иммунитете и основных защитных факторах организма. Иммунная реактивность. Понятия об аллергии, виды аллергии. Антигены, антитела, реакции и агглютинации. Характеристика основных инфекционных болезней.
5.	Заболевания: опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем, органов пищеварения, эндокринной и мочеполовой систем.	10	2	2	-	6	Патогенез, этиология, профилактика: - сколиоза, плоскостопия, остеохондроза; - основных заболеваний сердечно-сосудистой системы; - основных заболеваний дыхательной системы; - основных заболеваний органов пищеварения. Питание и здоровье;

							- основных заболеваний эндокринной системы; - основных заболеваний мочеполовой системы.
6.	Понятие о неотложных состояниях и первой помощи при них.	10	2	2	-	6	Неотложные состояния при заболеваниях сердечно-сосудистой и дыхательной систем, желудочно-кишечного тракта, их классификация, первая помощь. Понятие о смерти и ее этапах. Классификация терминальных состояний и их клинические проявления. Признаки клинической и биологической смерти. Объем и очередность первой помощи при терминальных состояниях. Основные приемы сердечно-легочной реанимации. Оказание первой помощи при утоплении. Понятия гипоксии, ацидоза, некроза. Постреанимационные осложнения.
7.	Травматизм и его профилактика	10	2	2	-	6	Травмы ОДА, принципы иммобилизации и транспортировки. Раны. Классификация ран, их особенности. Общее понятие об асептике и антисептике. Оказание первой помощи. Раневая инфекция. Кровотечения: виды, опасности. Классификация кровотечений. Признаки артериального, венозного, смешанного, капиллярного кровотечений. Общие признаки кровопотери. Кровопотеря легкой, средней и тяжелой степеней. Первая помощь при наружных кровотечениях. Десмургия. Проведение инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом, о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил с целью предотвращения травм и неотложных состояний.
Экзамен		36	2,3			33,7	
Итого		108	16	18,3	-	73,7	

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

№	Виды самостоятельной работы	Трудоемкость, ак. часы	Форма контроля
1.	Проработка теоретического материала по конспектам лекций, рекомендованной литературе, дополнительным источникам информации	14	Консультация преподавателя, устное собеседование
2.	Подготовка к практическим занятиям: поиск необходимой информации, обработка информации, написание доклада, подготовка к выступлению (дискуссии)	14	Выступление с докладом, презентация, ответы на дискуссионные вопросы
3.	Подготовка к текущему контролю (тестирование и/или написание реферата)	12	Тесты, рефераты
4.	Подготовка к промежуточной аттестации (вопросы к экзамену)	33,7	Устное собеседование

Для самостоятельной работы по дисциплине (модулю) обучающиеся используют следующее учебно-методическое обеспечение:

1. Романюк, В. П. Основы медицинских знаний (история этапов развития) : учебное пособие / В. П. Романюк, Р. Б. Цаллагова, И. Л. Самодова ; НГУ им. П. Ф. Лесгафта. - 2-е изд., перераб. и доп. - Санкт-Петербург, 2018.
2. Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебник и практикум для вузов / М. Н. Мисюк. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 332 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14054-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/467573>
3. Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник и практикум для прикладного бакалавриата. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Издательство Юрайт, 2021. - 499 с.
4. Волокитина, Т. В. Основы медицинских знаний: учебное пособие. - 3-е изд., стереотип. - М.: Академия, 2011. - 224 с.
5. Миллер, Л. Л. Спортивная медицина : учебное пособие. - М.: Человек, 2021. - 183 с.
6. Алешина, Л. И. Основы медицинских знаний. Первая помощь. В 2 частях. Ч.1 : учебно-методическое пособие / Л. И. Алешина, Т. Г. Щербакова, О. В. Грибанова. — Волгоград : Волгоградский государственный социально-педагогический университет, «Перемена», 2020. — 118 с. — ISBN 2227-8397.

7. Алешина, Л. И. Основы медицинских знаний. Первая помощь. В 2 частях. Ч.2 : учебно-методическое пособие / Л. И. Алешина, Т. Г. Щербакова, О. В. Грибанова. — Волгоград : Волгоградский государственный социально-педагогический университет, «Перемена», 2020. — 118 с. — ISBN 2227-8397.

7. Фонд оценочных и методических материалов для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Примерные вопросы для проведения промежуточной аттестации (экзамена)

1. Определение понятия «здоровье». Компоненты здоровья.
2. Понятие «предболезнь», «переходное состояние» «болезнь». Факторы болезни, причины болезни.
3. Общественное здоровье», критерии его оценки.
4. Индивидуальное здоровье. Критерии оценки индивидуального здоровья.
5. Дайте определения понятиям «патологическая реакция», «патологический процесс» и «патологическое состояние».
6. Дайте определения «биологическим возбудителям болезни». Виды.
7. Гипокинезия и ее влияние на здоровье человека.
8. Понятие о срочной и долговременной адаптации.
9. Дайте определения понятиям «стресс» и «дистресс». Влияние стресса на здоровье человека. Опишите механизм «не специфического защитного синдрома».
10. Понятие «ксенобиотики». Механизмы воздействия ксенобиотиков на организм человека.
11. Терратогенные факторы среды.
12. Врождённые пороки развития. Профилактика врождённых болезней. Гигиена зачатия и беременности.
13. Адаптационные механизмы человека: понятие о стрессе и дистрессе. Механизмы развития стресса. Влияние стресса на здоровье человека.
14. Охарактеризуйте понятия «экологический кризис», «экологическая катастрофа», «экологическое благополучие». Охарактеризуйте варианты воздействия загрязняющих факторов среды на организм человека. Перечислите и дайте характеристику глобальным экологическим проблемам.
15. В чём заключается связь здоровья человека и климатических факторов.
16. Негативные последствия солнечной радиации для здоровья человека. Пути профилактики.

17. Алкоголизм, наркомания, токсикомания. Действие веществ, сопутствующие заболевания.
18. Охарактеризуйте механизмы наследования болезней.
19. Назовите причины наследственных болезней. Болезни с наследственной предрасположенностью.
20. Какие наследственные болезни хромосомными? Приведите примеры.
21. Охарактеризуйте синдромы: синдром Дауна, синдром Кляйнфельтера, синдром Шершевского-Тернера.
22. Какие наследственные болезни вызваны генными дефектами обмена веществ? Приведите примеры.
23. Генные болезни; фенилкетонурия, альбинизм, галактоземия, гиперхолестеринемия, сахарный диабет, гемофилия, дальтонизм и др.
24. Охарактеризуйте методы генной терапии, её перспективы.
25. Охарактеризуйте медицинские, социальные и моральные проблемы клонирования.
26. Назовите биологические и социальные компоненты наследственности человека.
27. Что такое «медико-генетическое консультирование»? Определите его задачи, показания к нему, охарактеризуйте основные методы. Понятие о наследственности. Генетический код, генетическая карта.
28. Роль наследственности и среды в развитии патологии.
29. СПИД и ВИЧ, этиология, патогенез, способы заражения, профилактика.
30. Назовите причины роста аллергических заболеваний и механизмы развития аллергической реакции.
31. Дайте определение понятиям «иммунитет», «аллергия», «аллерген», «антитело», «аллергическая реакция».
32. Понятие «эпидемического процесса», звенья эпидемического процесса. Перечислите элементы эпидемического очага. Назовите направления противоэпидемических мероприятий.
33. Охарактеризуйте воздушно-капельные инфекции, которые протекают с высыпаниями на коже.
34. Охарактеризуйте механизмы заражения инфекционными заболеваниями. Общие признаки инфекционных заболеваний.
35. Онкологические заболевания. Причины рака и факторы риска.
36. Дайте определение гипертонической болезни. Перечислите основные факторы риска развития гипертонической болезни. Схема оказания неотложной помощи при гипертоническом кризе.
37. Оказание неотложной помощи при приступе стенокардии.
38. Атеросклероз, причины и его механизм возникновения.
39. Ишемическая болезнь. Инфаркт миокарда. Причины и последствия. Первая помощь при инфаркте.

40. Мозговой инсульт. Причины и последствия.
41. Основные показатели работы сердца. Гемодинамика. Типы гемодинамики и их характеристика.
42. Назовите причины развития заболеваний органов дыхания.
43. Назовите типы физиологического дыхания. Дайте характеристику каждому типу.
44. Перечислите основные симптомы патологии дыхательной системы.
45. Бронхиальная астма. Клиническая картина течения болезни. Причины заболевания.
46. Дайте общую характеристику заболеваний органов пищеварения. Перечислите основные симптомы заболеваний органов пищеварения. Дайте характеристику боли при заболеваниях ЖКТ, Дайте классификацию видам боли по типу и характеру.
47. Гастрит. Виды. Клиническая картина течения болезни. Причины заболевания. Дайте характеристику рекомендуемым диетам при гастрите, в зависимости от кислотности.
48. Дуоденит. Виды. Клиническая картина течения болезни. Причины заболевания.
49. Язвенная болезнь. Клиническая картина течения болезни. Причины заболевания.
50. Холецистит. Виды. Клиническая картина течения болезни. Причины заболевания.
51. Диеты при различных заболеваниях. Краткая характеристика.
52. Перечислите эндокринные железы и опишите кратко функции каждой из них.
53. Перечислите и дайте краткую характеристику основных заболеваний эндокринной системы.
54. Классификация заболеваний надпочечников.
55. Классификация заболеваний щитовидной железы.
56. Классификация заболеваний опорно-двигательного аппарата: сколиоз, плоскостопие.
57. Перечислите и дайте характеристику основных заболеваний гипоталамо-гипофизарной системы.
58. Сахарный диабет. Причины комы при сахарном диабете. Схема оказания неотложной помощи при гипо- и гипергликемической коме.
59. Несахарный диабет, его причины, симптомы.
60. Перечислите причины и формы ожирения.
61. Общая характеристика заболеваний мочеполовой системы. Перечислите основные симптомы заболеваний мочеполовой системы. Профилактика болезней мочеполовой системы.
62. Классификация заболеваний, передающихся половым путем (ЗППП).

63. Инфекции, передающиеся половым путем с преимущественным поражением половых органов.
64. Признаки наличия инородных тел в дыхательных путях.
65. Особенности оказания неотложной доврачебной помощи при попадании инородного тела в верхние дыхательные пути.
66. Техника проведения искусственного дыхания (инспираторные и экспираторные приемы) и непрямого массажа сердца.
67. Особенности оказания первой помощи при утоплении. Ожоги (их классификация, оценка степени выраженности ожогов).
68. Признаки ожогов различной степени тяжести. Возможные осложнения при ожогах, методы их профилактики.
69. Особенности оказания первой помощи при термических и химических ожогах.
70. Электротравма, механизм действия электрического тока на организм человека.
71. Признаки поражения электрическим током. Осложнения. Особенности оказания первой доврачебной помощи при поражении электрическим током.
72. Отморожения (их классификация, оценка степени выраженности отморожения).
73. Особенности оказания первой доврачебной помощи при отморожениях.
74. Понятие об отравлениях, виды отравлений, возможные пути проникновения ядов и ядохимикатов, механизмы их действия на организм.
75. Особенности оказания первой помощи при отравлениях.
76. Ушибы, механизм возникновения, клинические проявления, первая помощь.
77. Повреждения связок, виды, признаки, первая помощь.
78. Вывихи, классификация, внешние признаки, первая помощь.
79. Переломы, виды переломов, признаки переломов. Первая помощь и транспортировка.
80. Кровотечения, виды, признаки, способы остановки кровотечений.
81. Раны, классификация ран по форме и глубине. Осложнения ранений.
82. Принципы оказания первой помощи при ранениях.
83. Особенности оказания первой помощи при проникающих ранениях.
84. Десмургия. Правила наложения бинтовых повязок. Цель наложения бинтовых повязок.
85. Типы повязок. Техника наложения повязок на различные участки тела.

8. Перечень основной, дополнительной учебной литературы, ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

Основная литература:

1. Ильичёва, О.В. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: курс лекций и практические занятия: учебно-методическое пособие / О.В. Ильичёва, Е.В. Горохова, А.И. Бабушкина; Моск. гос. акад. физ. культуры. - Малаховка, 2022. - 332 с.
2. Романюк, В. П. Основы медицинских знаний (история этапов развития) : учебное пособие / В. П. Романюк, Р. Б. Цаллагова, И. Л. Самодова ; НГУ им. П. Ф. Лесгафта. - 2-е изд., перераб. и доп. - Санкт-Петербург, 2018.
3. Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебник и практикум для вузов / М. Н. Мисюк. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 332 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14054-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/467573>
4. Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник и практикум для прикладного бакалавриата. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Издательство Юрайт, 2021. - 499 с.
5. Волокитина, Т. В. Основы медицинских знаний: учебное пособие. - 3-е изд., стереотип. - М.: Академия, 2011. - 224 с.
6. Миллер, Л. Л. Спортивная медицина : учебное пособие. - М.: Человек, 2021. - 183 с.
7. Алешина, Л. И. Основы медицинских знаний. Первая помощь. В 2 частях. Ч.1 : учебно-методическое пособие / Л. И. Алешина, Т. Г. Щербакова, О. В. Грибанова. — Волгоград : Волгоградский государственный социально-педагогический университет, «Перемена», 2020. — 118 с. — ISBN 2227-8397.
8. Алешина, Л. И. Основы медицинских знаний. Первая помощь. В 2 частях. Ч.2 : учебно-методическое пособие / Л. И. Алешина, Т. Г. Щербакова, О. В. Грибанова. — Волгоград : Волгоградский государственный социально-педагогический университет, «Перемена», 2020. — 118 с. — ISBN 2227-8397.

Дополнительная литература:

1. Граевская, Н. Д. Спортивная медицина : курс лекций и практические занятия / Н. Д. Граевская, Т. И. Долматова. - М. : Спорт и человек, 2018. - 707 с. : ил. - Библиогр.: в каждой главе. - ISBN 978-5-906839-52-7 : 300.00.
2. Жук, И. А. Общая патология : учебное пособие / И. А. Жук. - М. : Колос-с, 2018. - 197 с. - (Учебники и учебные пособия для студентов высших учебных заведений). - Библиогр.: с. 193-194. - ISBN 978-5-00129-000-1 : 1250.00.

3. Макарова, Г. А. Инфекционные болезни в практике спортивного врача / Г. А. Макарова, М. Г. Авдеева, Е. Е. Ачкасов. - М. : Спорт, 2017. - 208 с. - (Библиотечка спортивного врача и психолога). - Библиогр.: с. 207-209. - ISBN 978-5-906839-93-0 : 687.00.
4. Гайворонский, И. В. Основы медицинских знаний / И. В. Гайворонский. — Санкт-Петербург : СпецЛит, 2013. — 316 с. — ISBN 978-5-299-00543-1.
5. Балаян, С. Е. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : методические указания к выполнению лабораторных работ / С. Е. Балаян. — Набережные Челны : Набережночелнинский государственный педагогический университет, 2014. — 80 с. — ISBN 2227-8397.
6. Айзман, Р. И. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебное пособие / Р. И. Айзман, В. Б. Рубанович, М. А. Суботялов. — Новосибирск : Сибирское университетское издательство, 2017. — 214 с. — ISBN 978-5-379-02007-1.
7. Отвагина, Т. В. Неотложная медицинская помощь: учебник / Т. В. Отвагина. - Изд. 4-е, доп. и перераб. -Ростов н/Д: Феникс, 2008. - 251 с.: ил. - (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-222-14294-3: 140.23.
8. Медицина катастроф (основы оказания медицинской помощи пострадавшим на догоспитальном этапе): учебное пособие / под ред. Х. А. Мусалатова. - М.: ГОУ ВУНМЦ МЗ РФ, 2002. - 440 с.: ил. - ISBN 5-89004-169-X : 128.86.
9. Величенко В. М. Первая доврачебная помощь: учебное пособие / В. М. Величенко, Г. С. Юмашев; соавт. Г. С. Юмашев. - М.: Медицина, 1989. - 272 с : ил.
10. Марченко Д. В. Первая медицинская помощь при травмах и несчастных случаях: учебное пособие для курсантов, студентов и слушателей образовательных учреждений МЧС России / Д. В. Марченко. - Ростов н/Д : Феникс, 2009. - 314 с. : ил. - (Медицина). - Библиогр.: с.312-314. - ISBN 978-5-222-15323-9 : 190.08.
11. Тен Е. Е. Основы медицинских знаний: учебник для студентов учреждений среднего профессионального образования / Е. Е. Тен. - 3-е изд., стереотип. М.: Академия, 2007. - 255 с. : ил. - ISBN 978-5-7695-4288-6 : 261.03.
12. Первая медицинская помощь: учебное пособие для студентов среднего профессионального образования / П. В. Глыбочко. - М.: АCADEMIA, 2007. - 233 с. : ил. - (Среднее профессиональное образование). - Библиогр.: с. 232. - ISBN 978-5-7695-3484-3 : 326.00.
13. Первая медицинская помощь: учебное пособие для студентов средних профессиональных учебных заведений / П. В. Глыбочко. - 2-е изд.,

испр. - М.: Академия, 2008. - 240 с. : ил. - (Среднее профессиональное образование). Библиогр.: с. 232. - ISBN 978-5-7695-5221-2 : 247.98.

14. Большая медицинская энциклопедия. - Москва : DirectMEDIA, 2007. - 1 CD. - 937.90. - Электронная программа (визуальная). Электронные данные : электронные.

15. Справочник по травматологии и медицине катастроф. - Москва : Равновесие, 2008. - 1 CD диск. - 413.58. - Электронная программа (визуальная). Электронные данные : электронные.

20. Артюнина Г. П. Основы медицинских знаний: здоровье, болезнь и образ жизни: учебное пособие для студентов педагогических вузов / Г. П. Артюнина, С. А. Игнаткова.

М.: Академический проект: Мир, 2006. - 558 с. - ISBN 5-8291-0744-9 : 453.00.

23. Основы первой медицинской помощи: учебное пособие / А. Г. Трушкин. - М.; Ростов н/д : МарТ, 2005. - 318 с.: ил. - (Медицинское образование). - Библиогр.: с. 317-318. - ISBN 5-241-00503-X : 106.22.

24. Буянов В. М. Первая медицинская помощь: учебник для медицинских училищ / В. М. Буянов. - 5-е изд., перераб. и доп. - М.: Медицина, 1986. - 190 с. - То же: 1987.

25. Основы медицинских знаний (анатомия, физиология, гигиена человека и оказание первой помощи при неотложных состояниях): учебное пособие / Г. И. Ничипорук [и др.]; под ред. И. В. Гайворонского. - СПб.: СпецЛит, 2009. - 302 с. - ISBN 978-5-299-00400-7: 374.03.

26. Артюнина Г. П. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебное пособие для студентов педагогических вузов / Г. П. Артюнина. - М.: Академический проект, 2009. - 766 с.: ил. - Библиогр.: в конце каждой главы. - ISBN 978-5-8291-0948-6: 825.35.

Ресурсы сети «интернет»:

1) Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека онлайн». <https://biblioclub.ru/>

2) Электронно-библиотечная система «Лань». <https://e.lanbook.com/>

3) Научная электронная библиотека «eLIBRARY.RU». <https://www.elibrary.ru/>

4) Электронно-библиотечная система «Юрайт». <https://biblio-online.ru/>

9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Самостоятельная подготовка обучающихся проводится для углубления и закрепления знаний, полученных на лекциях и других видах занятий, для выработки навыков самостоятельного применения новых, дополнительных

знаний и подготовки к предстоящим учебным занятиям, зачету.

Важным условием успешного изучения дисциплины является посещение лекций. Под посещением подразумевается не форма пассивного присутствия, а активная работа по изучению нового материала. Подготовка к лекционным занятиям включает в себя анализ предлагаемых для изучения вопросов, изучение нормативных источников и учебной и научной литературы по рассматриваемым вопросам лекции. В процессе лекции обучающийся может задавать уточняющие вопросы, осуществить взаимосвязь нового материала с уже изученным, подготовить базу для эффективного использования полученных знаний, облегчить подготовку к практическому занятию. Эффективным способом фиксации лекционного материала является конспектирование, представляющее собой не только фиксацию важнейших моментов лекции, но и указание примеров для понимания того или иного теоретического материала.

При подготовке к практическому занятию необходимо использовать конспектированные материалы лекций, учебную и научную литературу. Подготовка ответов по выносимым на обсуждение вопросам практического занятия включает в себя не только прочтение материала, но и его анализ и критическую оценку. Обучающемуся следует выявить малоизученные аспекты рассматриваемых вопросов, проявить инициативу при подготовке к практическому занятию.

При подготовке к практическим занятиям и экзамену рекомендуется систематизировать знания, изображая их в табличном, графическом или схематичном виде. Это позволит установить взаимосвязь изучаемых явлений, упростит задачу запоминания материала, облегчит процесс практического применения полученных знаний.

Задачей практических занятий является выработка умения использовать теоретические знания, проявить наличие практических навыков. При подготовке к практическому занятию следует заблаговременно обеспечить наличие необходимо для данного занятия материала, самостоятельно повторить ранее изученные темы.

Для успешного освоения дисциплины важным является умение работать с терминами и их определениями. Для работы с терминологией эффективным является использование как учебной и научной литературы, так и словарей. Работа с терминами может осуществляться в форме составления собственных тематических словариков для удобства и скорости поиска необходимого термина. С этой целью необходимо каждый новый встречающийся термин записывать и во время подготовки к семинарским и практическим занятиям указывать соответствующее определение. В случае возникновения сложности выбора определения из имеющегося объема в рамках научного знания необходимо задавать вопросы преподавателю в рамках лекционных и практических занятий.

Интерактивные формы проведения занятий по дисциплине «Основы медицинских знаний: анатомия, физиология, гигиена человека и оказание первой помощи» включают в себя следующие виды занятий:

- *интерактивные лекции*, предполагают использование метода проблемного изложения. При таком подходе лекция становится похожей на диалог, преподавание имитирует исследовательский процесс (выдвигаются первоначально несколько ключевых постулатов по теме лекции, изложение выстраивается по принципу самостоятельного анализа и обобщения студентами учебного материала). Эта методика позволяет заинтересовать студента, вовлечь его в процесс обучения. Противоречия научного познания раскрываются посредством постановки проблемы. Учебная проблема и проблемная ситуация являются основными структурными компонентами проблемного обучения. Перед началом изучения определенной темы курса ставится перед студентами проблемный вопрос или дается проблемное задание. Стимулируя разрешение проблемы, преподаватель снимает противоречия между имеющимся ее пониманием и требуемыми от студента знаниями. Эффективность такого метода в том, что отдельные проблемы могут подниматься самими студентами. Главный успех данного метода в том, что преподаватель добивается от аудитории «самостоятельного решения» поставленной проблемы;
- *анализ задания*, когда используется метод индукции, т.е. при объяснении нового материала и формировании понятий, мысль студента движется от единичного к общему, от частных суждений к обобщениям. Подбирая задания, которые служат исходным материалом для выявления тех или иных закономерностей или вывода правил, преподаватель в интерактивной форме побуждает студентов к анализу предложенного материала. В ходе обсуждения студенты должны сделать необходимые обобщения и выводы.

Оценочные и методические материалы по дисциплине «Основы медицинских знаний: анатомия, физиология, гигиена человека и оказание первой помощи» представлены в ФОММ.

При подготовке к промежуточному или итоговому тестированию необходимо изучить теоретический и практический материал. Открытые тестовые задания (без вариантов ответов) выявляют умение решать типовые задания. Закрытые тестовые задания (с перечнем возможных вариантов ответов, среди которых хотя бы один ответ является неверным) обеспечивают структурность мышления, вынужденного выбрать из предложенных вариантов ответ все правильные варианты. Тестовые задания на установление соответствия подразумевают необходимость проявления не только знания учебного материала, но и умения применять правила формальной логики.

Эффективным способом для подготовки к тестированию является работа обучающегося по решению тестовых заданий, предоставленных для самостоятельной работы. Также при подготовке к такой форме контроля знаний,

как решение тестовых заданий, следует самостоятельно попытаться проработать рассматриваемые в дисциплине вопросы в форме составления тестовых заданий.

Рекомендуется, наряду с печатными изданиями, использовать электронные библиотечные системы, а также ресурсы сети Интернет.

10. Особенности освоения дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Обучение обучающихся с ограниченными возможностями здоровья при необходимости осуществляется на основе адаптированной рабочей программы с использованием специальных методов обучения и дидактических материалов, составленных с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся (обучающегося).

В целях освоения учебной программы дисциплины «Основы медицинских знаний: анатомия, физиология, гигиена человека и оказание первой помощи» инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья Университет обеспечивает:

- для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению: размещение в доступных для обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими, местах и в адаптированной форме справочной информации о расписании учебных занятий; присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь; выпуск альтернативных форматов методических материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);
- для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху: надлежащими звуковыми средствами воспроизведение информации;
- для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата: возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, туалетные комнаты и другие помещения, а также пребывание в указанных помещениях. Обучающиеся из числа инвалидов и лиц с ОВЗ обеспечены печатными и (или) электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья. Образование обучающихся с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах или в отдельных организациях.

11. Перечень информационных технологий, профессиональных баз данных, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

- 1) Операционная система (Microsoft Windows Проприетарная);
- 2) Пакет офисных программ Microsoft Office (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access, MS Publisher и др. Проприетарная);
- 3) Программное обеспечение для просмотра электронных документов в стандарте PDF (Foxit Reader GNU Lesser General Public License);
- 4) Web-браузер (Mozilla Firefox GNU Lesser General Public License);
- 5) Автоматизированная информационная библиотечная система Marc21SQL;
- 6) Справочно-правовая система «Консультант Плюс»;
- 7) Реферативная и справочная база данных рецензируемой литературы Scopus <https://www.scopus.com>
- 8) Политематическая реферативно-библиографическая и наукометрическая (библио метрическая) база данных WebofScience <https://apps.webofknowledge.com>
- 9) Научная электронная библиотека www.elibrary.ru

12. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Наименование
Специализированные аудитории:
Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации / компьютерный класс / помещение для самостоятельной работы*
Технические средства обучения:
компьютеры с программным обеспечением, указанным в п.11
Специализированные аудитории:
Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации*
Технические средства обучения:
экран настенный
мультимедийный проектор
компьютер с программным обеспечением, указанным в п.11

* Аудитории конкретизируются в справке МТО