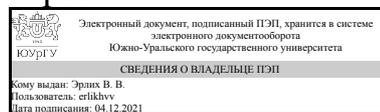


# ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор института  
Институт спорта, туризма и  
сервиса



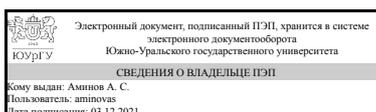
В. В. Эрлих

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**дисциплины 1.О.19 Основы медицинских знаний и здорового образа жизни  
для направления 49.03.01 Физическая культура  
уровень Бакалавриат  
форма обучения заочная  
кафедра-разработчик Спортивное совершенствование**

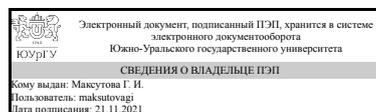
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, утверждённым приказом Минобрнауки от 19.09.2017 № 940

Зав.кафедрой разработчика,  
к.биол.н., доц.



А. С. АМИНОВ

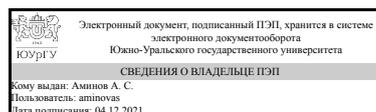
Разработчик программы,  
к.биол.н., доц., доцент



Г. И. Максудова

СОГЛАСОВАНО

Руководитель направления  
к.биол.н., доц.



А. С. АМИНОВ

## 1. Цели и задачи дисциплины

Цель : формирование у обучающихся целостного представления о факторах риска здоровья, и для сохранения, укрепления и формирования здоровья ; развитие у студентов соответствующих умений для создания таких условий образовательной среды, которые способствовали бы сохранению и укреплению здоровья учащихся; формирование у учащихся знаний ( виды нетрадиционного оздоровления, анатомо-физиологические особенности, методы оказания первой помощи, правила здорового образа жизни) , умений (применять знания видов нетрадиционного оздоровления, анатомо-физиологических особенностей, методов и способов оказания первой помощи, навыков), навыков (топографического ориентирования, оказания первой помощи). Задачи: - понимание здоровья как совокупности физического, психического и социального благополучия; - понимание сущности принципов здоровьесберегающего образования и путей их реализации в учебно-воспитательном процессе; - ознакомление с методами диагностики основных показателей здоровья человека; - формирование мотивации на сохранение, укрепление и формирования здоровья всех участников образовательного процесса, коммуникативной компетенции обучающихся, приобщение студентов к традициям и ценностям педагогического сообщества, нормам педагогической этики; - создание условий для творческой самореализации.

## Краткое содержание дисциплины

Дисциплина «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» включает четыре раздела: НМР (нетрадиционные методы реабилитации), АФО (анатомо-физиологические особенности), ПДП (первая доврачебная помощь), ЗОЖ (здоровый образ жизни) и темы: лечение природными факторами, рефлексотерапия, фармакологические НМР, восточная медицина, диетотерапия, сердечно-сосудистая система, дыхательная система, система крови, пищеварительная система, система мочевого выделения, опорно-двигательная система, нервная система, эндокринная система, иммунная система, органы чувств, здоровый образ жизни, допинг, меры профилактики допинга в спорте, диетология, психическая саморегуляция, реанимация, кровотечения, переломы и вывихи, ожоги, отморожения, раны, десмургия, здоровый образ жизни, управляемое воображение, микробиология, репродуктивное здоровье, онкология, нетрадиционная терапия, оздоровительная система йоги.

## 2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Планируемые результаты освоения ОП ВО (компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
УК-8 Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	Знает: требования безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм Умеет: проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь Имеет практический опыт: способностью обеспечивать в процессе профессиональной деятельности соблюдение требований безопасности

<p>ОПК-6 Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни</p>	<p>Знает: составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие; основы организации здорового образа жизни; закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды; влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков; методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенностей питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах; значения и особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности; понятие «пищевой статус»</p> <p>Умеет: использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыков соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях; составлять и анализировать суточный и недельный рационы питания</p> <p>Имеет практический опыт: применения методик оценки физического развития детей и подростков; владения методикой расчета суточных энергозатрат и энергоёмкости пищи, методикой составления меню-раскладки</p>
<p>ОПК-7 Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p>	<p>Знает: приемы оказания первой доврачебной помощи; этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем; внешние признаки утомления и переутомления занимающихся</p> <p>Умеет: распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; оказывать первую доврачебную помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях; распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом</p> <p>Имеет практический опыт: оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний</p>

### 3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана	Перечень последующих дисциплин, видов работ
1.О.29 Техника безопасности на занятиях физической культурой и спортом, 1.О.18 Психология физической культуры, 1.О.17 Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности, 1.О.21 История физической культуры, 1.О.20 Педагогика физической культуры, 1.О.09 Безопасность жизнедеятельности, 1.О.24 Лечебная физическая культура и массаж, Учебная практика, ознакомительная практика (4 семестр), Производственная практика, тренерская практика (6 семестр)	ФД.02 Профилактика спортивных травм, 1.О.34 Организация спортивно-массовых мероприятий

Требования к «входным» знаниям, умениям, навыкам студента, необходимым при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения предшествующих дисциплин:

Дисциплина	Требования
1.О.20 Педагогика физической культуры	<p>Знает: социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие, организацию образовательного процесса в общеобразовательных организациях (начального общего, основного общего, среднего общего образования), содержание и формы документов планирования процесса по физическому воспитанию в школе, методы консультирования, проведения мастер-классов, круглых столов; нормативные документы по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи; основы эффективных коммуникаций; основы эффективного общения, включая приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе, сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессе; принципы воспитания; методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте; формы воспитания и воспитательные мероприятия в образовательном и тренировочном процессе; характеристику коллектива и основы его формирования в спорте; технологии педагогической диагностики и коррекции, снятия стрессов</p> <p>Умеет: использовать освоенные методики реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения здоровья, повышения работоспособности, поддерживать учебную дисциплину во время занятий; корректно</p>

	<p>общаться и взаимодействовать с другими субъектами физкультурно-спортивной деятельности, решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками; общаться с детьми различных возрастных категорий; помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях; составлять психолого-педагогическую характеристику занимающегося, учебного и спортивного коллектива Имеет практический опыт: анализа эффективности общения и взаимодействия с занимающимися и коллегами при решении профессиональных задач , планирования воспитательных мероприятий при освоении основных и дополнительных общеобразовательных программ; составления психолого-педагогической характеристики занимающегося физической культурой и спортом</p>
<p>1.О.17 Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности</p>	<p>Знает: Законодательство Российской Федерации в части санитарно-гигиенических требований к образовательным организациям, осуществляющим образовательную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам, общие и специальные санитарно-гигиенические требования при проведении тренировочных занятий; гигиенические средства восстановления; гигиенические принципы закаливания, предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены; основные разделы гигиенической науки и их содержания; санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.); санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором; основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; факторы и причины заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп Умеет: давать</p>

	<p>обоснованные рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающихся для сохранения функционального состояния и спортивной формы, выявлять у занимающегося первые признаки ухудшения здоровья, травмы; устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий; проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах, обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий); оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах Имеет практический опыт: измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях; составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний; обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации</p>
1.О.24 Лечебная физическая культура и массаж	<p>Знает: методику оздоровительных физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами, механизмы лечебного действия физических упражнений, средства и методы профилактики травматизма Умеет: проводить занятия физкультурно-оздоровительной направленности, организовывать восстановительные мероприятия с учетом возраста и пола обучающихся; применять физические упражнения и методику массажа для наиболее быстрого и эффективного восстановления после перенесенных заболеваний и травм Имеет практический опыт: проведения и контроля эффективности проводимых восстановительных мероприятий</p>
1.О.09 Безопасность жизнедеятельности	<p>Знает: классификацию и характер влияния опасных и вредных факторов природного, техногенного и социального характера на человека; закономерности проявления и развития опасностей и чрезвычайных ситуаций в</p>

	<p>производственной и бытовой среде; основы охраны труда на производстве и способы организации безопасной деятельности на рабочем месте; правила поведения при авариях, катастрофах и стихийных бедствиях; организацию, структуру и задачи гражданской обороны, принципы оказания неотложной помощи; технику безопасности и правила пожарной безопасности при проведении физкультурно-спортивных мероприятий с учётом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала</p> <p>Умеет: прогнозировать возможный риск появления опасных ситуаций в быту и производственной деятельности; принимать своевременные меры по предотвращению опасностей; диагностировать уровень безопасности производственной и бытовой среды и распознавать результаты воздействия негативных факторов среды в условиях реальной и реализованной опасности; принимать меры обеспечения комплексной защиты; использовать основные методы защиты от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий; соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся в процессе занятий</p> <p>Имеет практический опыт: применения средств коллективной и индивидуальной защиты; использования законов, подзаконных актов, постановлений и др. нормативных документов РФ и ее субъектов, касающихся вопросов безопасности населения в профессиональной деятельности, использования методов оценки качества производственной среды навыками создания допустимых и комфортных условий труда в повседневном режиме и опасных ситуациях; использования методов защиты обучающихся на уроках физической культуры, при проведении учебно-тренировочных занятий от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий</p>
<p>1.О.29 Техника безопасности на занятиях физической культурой и спортом</p>	<p>Знает: технику безопасности при осуществлении профессиональной деятельности</p> <p>Умеет: проводить мероприятия по профилактике травматизма на занятиях физической культурой и спортом</p> <p>Имеет практический опыт: обеспечения техники безопасности на занятиях физической культурой и спортом</p>
<p>1.О.21 История физической культуры</p>	<p>Знает: периодизацию истории физической культуры; место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта</p> <p>Умеет: устанавливать причинно-следственные связи между явлениями, пространственные и временные рамки изучаемых исторических</p>

	<p>явлений Имеет практический опыт: обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта, имеет опыт владения методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта, приемами агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом патриотического характера</p>
1.О.18 Психология физической культуры	<p>Знает: эффективные способы обеспечения психологической поддержки спортсменов на основании индивидуального подхода, решения психологических проблем тренера и поддержки мотивации в спорте, принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования, психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации  Умеет: подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; использовать методы оценки волевых качеств спортсмена, учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом; повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом; поддерживать высокий уровень спортивной мотивации  Имеет практический опыт: планирования перспективных целей собственной деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, временной перспективы развития сферы профессиональной деятельности и требований рынка труда; выявления поведенческих и личностных проблем обучающихся и спортсменов, связанных с особенностями их развития; формирования системы регуляции поведения и деятельности обучающихся и спортсменов, применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта</p>
Производственная практика, тренерская практика (6 семестр)	<p>Знает: правила соревнований по ИВС, нормы, требования для присвоения спортивных разрядов и званий, условия их выполнения; виды и организацию соревнований в ИВС;; состав судейской коллегии по ИВС и функции отдельных спортивных судей  Умеет: организовывать и проводить судейство детских спортивных соревнований по ИВС, применять методы организации деятельности</p>

занимающихся на занятиях по ИВС с учетом материально-технических возможностей организации, возрастных особенностей занимающихся; использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по ИВС в зависимости от поставленных задач; использовать в своей деятельности терминологию ИВС; распределять на протяжении занятия средства ИВС с учетом их влияния на организм занимающихся; рассказывать в доступной форме об эволюции и современном уровне развития ИВС; показывать основные двигательные действия ИВС, специальные и подводные упражнения; объяснять технику выполнения упражнений, ставить двигательную задачу в ИВС; пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами на занятиях по ИВС; организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений ИВС; контролировать и оценивать работу занимающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств ИВС, определять их причины, индивидуализировать и корректировать процесс обучения и воспитания; оценивать качество выполнения упражнений в ИВС и определять ошибки в технике; определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в ИВС, подбирать приемы и средства для их устранения; использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по ИВС Имеет практический опыт: проведения фрагмента учебно-тренировочного занятия по ИВС с использованием инвентаря и оборудования; участия в судействе соревнований по ИВС; составления плана материально-технического обеспечения физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия; проведения разъяснительной беседы по бережному отношению к имуществу, правилам поведения на спортивном сооружении, правилам использования оборудования и инвентаря, участия в судействе спортивных соревнований ИВС, планирования учебно-тренировочных занятий по ИВС, выполнения и демонстрации основных двигательных действий в ИВС; владения техникой ИВС; подготовки материалов для проведения беседы, теоретического занятия по ИВС; проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося, проведения с

	<p>обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима, проведения спортивного отбора и спортивную ориентацию в процессе занятий, проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх; организации участия обучающихся и спортсменов в мероприятиях патриотического характера, ознакомления обучающихся с правилами охраны жизни и их здоровья; профилактики нарушения правил техники безопасности на занятиях физической культурой и спортом, проведения занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств и методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности</p>
<p>Учебная практика, ознакомительная практика (4 семестр)</p>	<p>Знает: формы организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных и спортивных учреждениях  Умеет: меть проводить физкультурно-спортивные занятия на основе подвижных игр по двигательному и когнитивному обучению, составлять план занятия по физической культуре на основе подвижных игр с учетом физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста  Имеет практический опыт: проведения занятий по совершенствованию физической подготовки, обучения занимающихся прикладным аспектам спортивной гигиены, диетологии; контроля выполнения занимающимися предписаний медицинских работников, соблюдения рекомендованного режима труда и отдыха, выполнения комплекса мероприятий по восстановлению работоспособности и здоровья, компьютерной обработки служебной документации, статистической информации и деловой графики; работы с информационно-поисковыми системами и программным обеспечением, используемым в профессиональной деятельности, проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом</p>

#### 4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 6 з.е., 216 ч., 38,75 ч. контактной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах	
		Номер семестра	
		7	8
Общая трудоёмкость дисциплины	216	108	108
<i>Аудиторные занятия:</i>	24	12	12
Лекции (Л)	8	4	4
Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	8	4	4
Лабораторные работы (ЛР)	8	4	4
<i>Самостоятельная работа (СРС)</i>	177,25	89,75	87,5
с применением дистанционных образовательных технологий	0		
подготовка к тестовому опросу	64,75	9,75	55
подготовка к зачёту	15	15	0
подготовка к экзамену	32,5	0	32,5
написание рефератов	65	65	0
Консультации и промежуточная аттестация	14,75	6,25	8,5
Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)	-	зачет	экзамен

## 5. Содержание дисциплины

№ раздела	Наименование разделов дисциплины	Объем аудиторных занятий по видам в часах			
		Всего	Л	ПЗ	ЛР
1	Нетрадиционные методы реабилитации (НМР)	4	2	2	0
2	Анатомо-физиологические особенности организма (АФО)	14	4	2	8
3	Первая доврачебная помощь (ПДП)	4	0	4	0
4	Здоровый образ жизни (ЗОЖ)	2	2	0	0

### 5.1. Лекции

№ лекции	№ раздела	Наименование или краткое содержание лекционного занятия	Кол-во часов
2	1	Лечение природными факторами. Анималотерапия. Гирудотерапия. Иппотерапия. Апитерапия. Фармакологические (гомеопатические, хелатные, фитотерапия) НМР	2
5	2	АФО Дыхательной системы	2
6	2	Сердечно-сосудистая система	2
4	4	Здоровый образ жизни	2

### 5.2. Практические занятия, семинары

№	№	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол-
---	---	---	------

занятия	раздела		во часов
1	1	Диетология. Нетрадиционные виды питания	2
2	2	Система пищеварения. анатомо-физиологические особенности желудочно-кишечного тракта	2
3	3	Система пищеварения. Первая помощь при отравлениях, желудочно-кишечных кровотечениях, остром животе, кишечной непроходимости	2
4	3	Сердечно-сосудистая система. Первая помощь при инфаркте миокарда, приступе стенокардии	2

### 5.3. Лабораторные работы

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание лабораторной работы	Кол-во часов
1	2	Сердечно-сосудистая система. Измерение артериального давления и пульса.	2
2	2	Дыхательная система. Измерение пробы Штанге и Генча. Измерение экскурсии грудной клетки и дыхательных объёмов	2
3	2	Пищеварительная система. Отработка практических навыков на муляжах. Промывание желудка. Клизма	2
4	2	Опорно-двигательная система. Диагностика сколиоза и плоскостопия. Измерение гибкости позвоночного столба	2

### 5.4. Самостоятельная работа студента

Выполнение СРС			
Подвид СРС	Список литературы (с указанием разделов, глав, страниц) / ссылка на ресурс	Семестр	Кол-во часов
подготовка к тестовому опросу	ПУМД, осн. лит. 3, С.223, доп. лит. 1, С.224, доп. лит. 2, С.399, доп. лит. 3, С.302, ЭУМД, осн. лит., 1, С.144	7	9,75
подготовка к зачёту	ПУМД, осн. лит. 1, С.214, доп. лит. 1, С.224, доп. лит. 2, С.399, доп. лит. 3, С.302, ЭУМД, осн. лит., 1, С.144	7	15
подготовка к экзамену	ПУМД, осн. лит. 1, С.214, доп. лит. 1, С.224, доп. лит. 2, С.399, доп. лит. 3, С.302, ЭУМД, осн. лит., 1, С.144	8	32,5
написание рефератов	ПУМД, осн.лит. 3, С.223, осн.лит. 2 С.307, доп.лит. 1, 224 С. ЭУМД, осн.лит. 1, С.144	7	65
подготовка к тестовому опросу	ПУМД, осн. лит. 1, С.214, доп. лит. 1, С.224, доп. лит. 2, С.399, доп. лит. 3, С.302, ЭУМД, осн. лит., 1, С.144	8	55

## 6. Текущий контроль успеваемости, промежуточная аттестация

Контроль качества освоения образовательной программы осуществляется в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценивания результатов учебной деятельности обучающихся.

### 6.1. Контрольные мероприятия (КМ)

№ КМ	Се-мestр	Вид контроля	Название контрольного мероприятия	Вес	Макс. балл	Порядок начисления баллов	Учитывается в ПА
1	7	Текущий контроль	Тест "Введение лекарственных веществ"	1	5	Задание состоит из 5 тестов. 1 правильно решенный тест соответствует 1 баллу. Оценка "отлично" - 5 баллов, "хорошо" - 4б., "удовлетворительно" - 3 б.	зачет
2	7	Текущий контроль	Тест "Реанимация"	1	5	Задание состоит из 5 тестов. Один правильно решенный тест соответствует одному баллу. Оценка "отлично" - 5 баллов, "хорошо" - 4 балла, "удовлетворительно" - 3 балла, "неудовлетворительно" - 2 балла	зачет
3	7	Текущий контроль	Тест "Кровотечения"	1	10	Задание состоит из 10 тестов. Правильный ответ на два теста соответствует 1 баллу. Оценка "отлично" - 5 баллов, "хорошо" - 4 балла, "удовлетворительно" - 3 балла, "неудовлетворительно" - 2 балла	зачет
4	7	Текущий контроль	Тест "Травматология"	1	10	Задание состоит из 10 тестов. Правильный ответ на два теста соответствует 1 баллу. Оценка "отлично" - 5 баллов, "хорошо" - 4 балла, "удовлетворительно" - 3 балла, "неудовлетворительно" - 2 балла	зачет
5	8	Текущий контроль	Задание "Составление суточного рациона"	1	5	Оценка суточного рациона питания с точки зрения "рационального питания". Выводы по работе оцениваются преподавателем по 5-бальной системе. Оценка "отлично" - задание выполнено в срок. Расчеты произведены правильно, без ошибок. Продемонстрирован глубокий уровень знаний и достаточная эрудиция. Есть выводы по работе. Оценка "хорошо" - задание выполнено в срок. В расчетах допущены ошибки. Продемонстрирован достаточный уровень знаний. Есть выводы. Оценка "удовлетворительно" - работа выполнена с опозданием. В расчетах допущены грубые ошибки. Продемонстрирован низкий уровень знаний. Отсутствуют выводы. Оценка "неудовлетворительно" - работа не выполнена	экзамен
6	7	Текущий контроль	Тест "ЗОЖ"	1	10	Задание состоит из 10 тестов. Правильный ответ на два теста соответствует 1 баллу. Оценка "отлично" - 5 баллов, "хорошо" - 4 балла, "удовлетворительно" - 3 балла, "неудовлетворительно" - 2 балла	зачет
7	8	Текущий контроль	Тест "Инфекционные"	1	30	Тест состоит из 30 заданий. Правильный ответ на 6 тестов	экзамен

			заболевания"			соответствует 1 баллу. Оценка "отлично" - 5 баллов, "хорошо" - 4 балла, "удовлетворительно" - 3 балла, "неудовлетворительно" - 2 балла и менее	
8	7	Текущий контроль	Реферат	1	20	<p>Оценка 5 (20 баллов) ставится, если выполнены все требования к написанию и защите реферата: обозначена проблема и обоснована её актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы.</p> <p>Оценка 4 (16 баллов) – основные требования к реферату и его защите выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объём реферата; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы.</p> <p>Оценка 3 (12 баллов) – имеются существенные отступления от требований к реферированию. В частности: тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты отсутствует вывод.</p> <p>Оценка 2 (8 баллов) – тема реферата не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы.</p> <p>Оценка 1 – реферат студентом не представлен</p>	зачет
9	7	Текущий контроль	Задание "Ситуационные задачи"	1	5	В задании содержится 5 ситуационных задач по первой неотложной помощи. За каждую правильно решенную задачу начисляется 1 балл	зачет
10	7	Текущий контроль	Вопросы к зачету	1	30	Студент может получить оценку "зачет", правильно ответив на любой случайно	зачет

						выбранный вопрос. Ответ учащегося на вопрос оценивается по 2-бальной системе (зачет либо незачет). Критериями оценивания выступают: логичность, грамотность, последовательность, систематизированность, демонстрация глубоких знаний, уверенность, отсутствие ошибок и неточностей	
11	8	Промежуточная аттестация	Экзамен	-	100	Оценка автоматом "отлично" соответствует правильным ответам на 100 заданий, "хорошо" - 80 заданий, "удовлетворительно" - 60 заданий. Оценка автоматом выставляется по решению преподавателя по результатам субъективного педагогического оценивания успехов учащегося. Возможен также вариант сдачи экзамена устно по билетам. В каждом случайно выбранном билете содержится 3 вопроса. Оценка "отлично" выставляется в случае правильного, полного ответа на 3 вопроса, "хорошо" - на 2 вопроса, "удовлетворительно" - правильного ответа только на один вопрос. Ответ учащегося на вопрос оценивается по 2-бальной системе (зачет либо незачет). Критериями оценивания выступают: логичность, грамотность, последовательность, систематизированность, демонстрация глубоких знаний, уверенность, отсутствие ошибок и неточностей	экзамен

## 6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

Вид промежуточной аттестации	Процедура проведения	Критерии оценивания
зачет	Итоговый рейтинг обучающегося может формироваться на основании только текущего контроля, путем сложения рейтинга за полученные оценки за контрольно-рейтинговые мероприятия текущего контроля и бонусного рейтинга. Студент вправе прийти на зачет для улучшения своего рейтинга. В этом случае оценивание учебной деятельности обучающихся по дисциплине производится на основании рейтинга, который рассчитывается как сумма рейтинга за текущий контроль, умноженного на 0,6 и рейтинга, полученного за ответ на зачете (промежуточная аттестация), умноженного на 0,4.	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения
экзамен	Итоговый рейтинг обучающегося может формироваться на основании только текущего контроля, путем сложения рейтинга за полученные оценки за контрольно-рейтинговые мероприятия текущего контроля и бонусного рейтинга. Студент вправе прийти на экзамен для улучшения своего	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения



ОПК-7	Имеет практический опыт: оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний	+									+
-------	---	---	--	--	--	--	--	--	--	--	---

Фонды оценочных средств по каждому контрольному мероприятию находятся в приложениях.

## 7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### Печатная учебно-методическая документация

#### а) основная литература:

1. Айзман, Р. И. Основы медицинских знаний [Текст] учеб. пособие для вузов по пед. специальностям Р. И. Айзман, И. В. Омельченко. - М.: КноРус, 2017
2. Вайнер, Э. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Текст : непосредственный] учебник для вузов (бакалавриат) Э. Н. Вайнер. - Москва: КНОРУС, 2021. - 307 с. ил.
3. Волокитина, Т. В. Основы медицинских знаний [Текст] учеб. пособие для вузов по направлению "Естеств.-науч. образование" Т. В. Волокитина, Г. Г. Бральнина, Н. И. Никитинская. - 3-е изд., стер. - М.: Академия, 2011. - 223, [1] с. ил. 22 см.

#### б) дополнительная литература:

1. Безопасность продовольственного сырья и пищевых продуктов [Текст] учеб. пособие для вузов по направлениям и специальностям : 110500 - Ветеринар.-санитар. экспертиза и др. И. А. Рогов, Н. И. Дунченко, В. М. Позняковский и др. - Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2007. - 224, [1] с. ил. 25 см.
2. Гигиена : Словарь-справочник [Текст] учеб. пособие для мед. вузов П. И. Мельниченко, И. Б. Ушаков, В. И. Попов и др.; под общ. ред. В. А. Тутельяна. - М.: Высшая школа, 2006. - 399, [1] с.
3. Гигиена и экология человека [Текст] учеб. для мед. училищ и колледжей Н. А. Матвеева, А. В. Леонов, М. П. Грачева и др.; Под ред. Н. А. Матвеевой. - М.: Академия, 2005. - 302, [1] с.

#### в) отечественные и зарубежные журналы по дисциплине, имеющиеся в библиотеке:

1. Человек. Спорт. Медицина
2. Валеология
3. Вестник Южно-уральского государственного университета

#### г) методические указания для студентов по освоению дисциплины:

1. СТО ЮУрГУ 17-2008 Стандарт организации. Учебные рефераты. Общие требования к построению, содержанию и оформлению / составители: Т.И. Парубочая, Н.В. Сырейщикова, В.А. Смолко, Л.В. Винокурова. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2008. – 40 с.
2. 1. Максимова, Г.И. Основы медицинских знаний. - Челябинск: Издательство ЮУрГУ, 2009. - 86 С.

из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:

1. СТО ЮУрГУ 17-2008 Стандарт организации. Учебные рефераты. Общие требования к построению, содержанию и оформлению / составители: Т.И. Парубочая, Н.В. Сырейщикова, В.А. Смолко, Л.В. Винокурова. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2008. – 40 с.
2. 1. Максимова, Г.И. Основы медицинских знаний. - Челябинск: Издательство ЮУрГУ, 2009. - 86 С.

## Электронная учебно-методическая документация

№	Вид литературы	Наименование ресурса в электронной форме	Библиографическое описание
1	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Пивоварова, Е. А. Основы медицинских знаний : учебное пособие / Е. А. Пивоварова, С. В. Богданова, Л. В. Рощина. — Великие Луки : ВЛГАФК, 2019. — 144 с. — ISBN 978-5-00150-252-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/151122">https://e.lanbook.com/book/151122</a>

Перечень используемого программного обеспечения:

1. Microsoft-Office(бессрочно)

Перечень используемых профессиональных баз данных и информационных справочных систем:

1. ООО "ГарантУралСервис"-Гарант(бессрочно)

## 8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Вид занятий	№ ауд.	Основное оборудование, стенды, макеты, компьютерная техника, предустановленное программное обеспечение, используемое для различных видов занятий
Практические занятия и семинары	202 (6)	Компьютерная техника: монитор, системный блок, проектор потолочного крепления, колонки, экран настенный с электроприводом, мышь, микрофон, клавиатура, пульт, ИБП.
Зачет, диф.зачет	103 (6)	Компьютерная техника: монитор, системный блок, проектор потолочного крепления, колонки, экран настенный с электроприводом, мышь, микрофон, клавиатура, пульт, ИБП.
Лекции	103 (6)	Компьютерная техника: монитор, системный блок, проектор потолочного крепления, колонки, экран настенный с электроприводом, мышь, микрофон, клавиатура, пульт, ИБП.
Самостоятельная работа студента	1 (1)	Автоматизированное рабочее место: монитор ; системный блок ; колонки ; мышь ; клавиатура ; сетевой фильтр . Зал с выходом в Интернет
Лабораторные занятия	101 (6)	Тонометры, сантиметровая лента, фонендоскоп, жгуты, бинты, шприцы, шины,
Экзамен	103 (6)	Компьютерная техника: монитор, системный блок, проектор потолочного крепления, колонки, экран настенный с электроприводом, мышь, микрофон, клавиатура, пульт, ИБП.

