

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное  
образовательное учреждение высшего образования  
«Астраханский государственный университет имени В. Н. Татищева»  
(Астраханский государственный университет им. В. Н. Татищева)

СОГЛАСОВАНО

Руководитель ОПОП

\_\_\_\_\_  
И.В. Тарасова

« 14 » мая 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ

И.о. заведующий кафедрой  
социальной педагогики и психологии

\_\_\_\_\_  
А.С.

Джангазиева

« 14 » мая 2022 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

Составители

**Подлипалин А.Ю., к.м.н., доцент кафедры СПП**

Направление подготовки/специальность

**39.03.02 Социальная работа**

Квалификация (степень)

**бакалавр**

Форма обучения

**заочное**

Год приема

**2021**

Курс

**3**

Семестр

**5**

## 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

**11. Целью освоения дисциплины «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»** развитие положительной мотивации сохранения, и укрепления собственного здоровья студентами, особенно к тем, чья специфика трудовой деятельности связана с общением, воспитанием детей с ограниченными возможностями здоровья.

### **12 Задачи освоения дисциплины:**

- овладение принципами здорового образа жизни;
- формирование представления о наиболее распространенных болезнях и возможностях их предупреждения;
- формирование у студентов навыков по уходу за больными на дому;
- ознакомление с наиболее часто встречающимися неотложными состояниями и привитие навыков оказания доврачебной помощи.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

**21. Учебная дисциплина «Основа медицинских знаний и здорового образа жизни»** относится к вариативной части (элективные дисциплины) Б1.Д.03.1

**22 Для изучения данной учебной дисциплины (модуля) необходимы следующие знания, умения, навыки, формируемые предшествующими учебными дисциплинами (модулями):**

*- Первая помощь в экстремальных ситуациях*

**Знания:** основные факторы, влияющие на индивидуальное и общественное здоровье; организацию медико-социальной помощи населению; содержание санитарно-эпидемиологического благополучия населения; социально-медицинские аспекты здорового образа жизни; основы психического здоровья; основы законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан.

**Умения:** использовать методы психотерапии; бесконфликтно общаться с различными субъектами социальной деятельности; критически оценивать и корректировать собственную профессиональную деятельность в зависимости от результатов.

**Навыки:** умеет анализировать показатели здоровья и демографические показатели; навыками формирования здорового образа жизни различных групп клиентов.

**23. Последующие учебные дисциплины (модули) и (или) практики, для которых необходимы знания, умения, навыки, формируемые данной учебной дисциплиной (модулем):**

*- Основы социальной медицины в социальной работе* Рассматривая социальную медицину как расширенное понимание клинической медицины, учитывающей социальные, психологические факторы, а также факторы окружающей среды, влияющие на пациентов (клиентов), необходимо учитывать множество взаимосвязей между медициной и обществом. Все это требует иметь в виду междисциплинарный характер социальной медицины при подготовке специалиста по социальной работе.

## 3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и ОПОП ВО по данному направлению подготовки (специальности):

Универсальные компетенции:

**УК-7** - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

**УК-8** - Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций

**Таблица 1**

**Декомпозиция результатов обучения**

| Код<br>и наименование<br>компетенции | Планируемые результаты обучения по<br>дисциплине (модулю)                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                      | Знать (1)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Уметь (2)                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Владеть (3)                                                                                                                                                                                    |
| УК-7                                 | УК- 7.1. Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.                                                                                                                               | УК- 7.2. Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.                                                                                                    | УК- 7.3. Владеет основами физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности. |
| УК-8                                 | УК-8.1. Знать: основы и правила обеспечения безопасности жизнедеятельности; цели и задачи науки безопасности жизнедеятельности, основные понятия, классификацию опасных и вредных факторов среды обитания человека, правовые и организационные основы безопасности жизнедеятельности, обеспечение экологической безопасности. | УК-8.2. создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, адекватно реагировать на возникновение чрезвычайных ситуаций; определять степень опасности угрожающих факторов для культурного наследия, предотвращать негативные последствия природной и социальной среды для памятников культуры. | УК-8.3. Владеть: навыками обеспечения безопасности жизнедеятельности, адекватного поведения в чрезвычайных ситуациях; навыками использования индивидуальных средств защиты.                    |

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Объем дисциплины составляет 2 зачетные единицы, в том числе 8 часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем и 58 часа – на самостоятельную работу обучающихся.

**Таблица 2**

**Структура и содержание дисциплины**

| №<br>п/п | Раздел, тема<br>дисциплины<br>(модуля) | Семестр | Неделя<br>семестра | Контактная<br>работа<br>(в часах) |    |    | Самостоят.<br>работа |    | Форма текущего контроля<br>успеваемости,<br>форма промежуточной<br>аттестации<br>[по семестрам] |
|----------|----------------------------------------|---------|--------------------|-----------------------------------|----|----|----------------------|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
|          |                                        |         |                    | Л                                 | ПЗ | ЛР | КР                   | СР |                                                                                                 |

|                            |                                                                                                                           |   |                    |          |          |  |  |           |                               |
|----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--------------------|----------|----------|--|--|-----------|-------------------------------|
| 1                          | Введение в учебную дисциплину. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.                                        | 5 | В течение семестра |          |          |  |  | 13        | Эссе                          |
| 2                          | Методы оценки количеств и качества здоровья человека.                                                                     | 5 |                    |          |          |  |  | 12        | Реферат                       |
| 3                          | Влияние экологических факторов на здоровье человека о наиболее распространенных болезнях и возможностях их предупреждения | 5 |                    |          |          |  |  | 12        | Контрольная работа<br>Эссе    |
| 4                          | Наиболее часто встречающиеся неотложные состояния.                                                                        | 5 |                    | 2        | 2        |  |  | 12        | Реферат                       |
| 5                          | Мотивация сохранения и укрепления здоровья у учащихся через овладение принципами здорового образа жизни.                  | 5 |                    | 2        | 2        |  |  | 12        | Контрольная работа<br>Реферат |
| <b>ИТОГО:</b><br><b>72</b> |                                                                                                                           |   |                    | <b>4</b> | <b>4</b> |  |  | <b>64</b> | <b>зачет</b>                  |

Условные обозначения:

Л – занятия лекционного типа; ПЗ – практические занятия, ЛР – лабораторные работы; КР – курсовая работа; СР – самостоятельная работа по отдельным темам.

Таблица 3 **Матрица соотнесения разделов, тем учебной дисциплины (модуля) и формируемых компетенций**

|          |  |  |  |             |
|----------|--|--|--|-------------|
| Разделы, |  |  |  | Компетенции |
|----------|--|--|--|-------------|

| темы дисциплины                                                                                                           | Кол-во часов | УК-7 | УК-8 | общее количество компетенций |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------|------|------------------------------|
| Введение в учебную дисциплину. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни                                         | 14           | +    | +    | 2                            |
| Методы оценки количеств и качества здоровья человека                                                                      | 14           | +    | +    | 2                            |
| Влияние экологических факторов на здоровье человека о наиболее распространенных болезнях и возможностях их предупреждения | 14           | +    | +    | 2                            |
| Наиболее часто встречающиеся неотложные состояния.                                                                        | 15           | +    | +    | 2                            |
| Мотивация сохранения и укрепления здоровья у учащихся через овладение принципами здорового образа жизни                   | 15           | +    | +    | 2                            |
| <b>Итого</b>                                                                                                              | <b>72</b>    |      |      |                              |

### Краткое содержание тем дисциплины

#### **Тема 1. Введение в учебную дисциплину. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.**

Определение понятия здоровья. Основные характеристики здорового человека. Вид болезней, с которыми встречается человек за определенный период времени. Вредные привычки и их пагубное влияние на здоровый организм.

#### **Тема 2. Методы оценки количеств и качества здоровья человека.**

Различные классификации понятия здоровья. «Здоровье населения» как статистическое понятие, характеризующееся комплексом демографических показателей: рождаемостью, смертностью, уровнем развития, заболеваемостью, средней продолжительностью жизни, а также социально-биологическими показателями. Понятие «общественного здоровья» рассматривается как здоровье групп (возрастно-половых, социальных, профессиональных и др.) населения, проживающего на определенной территории, в различных странах, регионах. Понятие «здоровье популяции».

#### **Тема 3. Влияние экологических факторов на здоровье человека о наиболее распространенных болезнях и возможностях их предупреждения.**

Образ жизни человека, как влияющий фактор на его здоровье. Глобально экологические факторы загрязнения. Региональное экологическое загрязнение. Локально экологическое загрязнение. Болезни вызванные из-за экологических факторов. Экология, как фактор аллергии.

#### **Тема 4. Наиболее часто встречающиеся неотложные состояния.**

Виды травм. Различие кровотечения. Травмы и повреждения. Шоковые состояние после катастрофы. Ожоги и отморожения.

#### **Тема 5. Мотивация сохранения и укрепления здоровья у учащихся через овладение принципами здорового образа жизни.**

Виды социальных проектов, которые направлены на здоровый образ жизни. Мотивационные подходы к привлечению различных слоев населения к здоровому образу жизни. Способы борьбы с вредными привычками.

### 5. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО

## **ПРЕПОДАВАНИЮ И ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

### **5.1. Указания для преподавателей по организации и проведению учебных занятий по дисциплине (модулю)**

В ходе освоения дисциплины лабораторные занятия не предусмотрены.

Преподаватель, назначенный для чтения лекций, обязан до начала учебного процесса подготовить учебно-методические материалы, необходимые для проведения лекционных и семинарских занятий. К ним относятся: рабочая программа учебной дисциплины или междисциплинарного курса; методические материалы для проведения семинарских (практических и др.) занятий.

Разработанный комплект учебно-методических материалов предоставляется в бумажном и электронном виде, обсуждается и утверждается на заседании кафедры перед началом учебного года.

Преподаватель обязан проводить лекционные занятия в строгом соответствии с годовым учебным графиком и утвержденным на его основе расписанием лекций.

При разработке методики семинарских занятий важное место занимает вопрос о взаимосвязи между семинаром и лекцией, семинаром и самостоятельной работой студентов, о характере и способах такой взаимосвязи.

Семинар не должен повторять лекцию, и, вместе с тем, его руководителю необходимо сохранить связь принципиальных положений лекции с содержанием семинарского занятия.

Как правило, семинару предшествует лекция по той же теме.

Обязательным в начале лекционного, семинарского занятия проводится контроль знаний, обязательным проведение проектной работы в команде.

В процессе практических (семинарских) занятий, наряду с формированием умений и навыков, обобщаются, систематизируются, конкретизируются теоретические знания, вырабатывается способность использовать теоретические знания на практике, развиваются интеллектуальные умения.

На практических (семинарских) занятиях применяются следующие формы работы:

- 1) Фронтальная – все студенты выполняют одну и ту же работу;
- 2) Групповая – одна и та же работа выполняется группами из 2-5 человек;
- 3) Индивидуальная – каждый студент выполняет индивидуальное задание.

Структура практических занятий по дисциплине в основном одинакова: вступление преподавателя, работа студентов по заданиям преподавателя, которая требует дополнительных разъяснений, собственно практическая часть, включающая разбор конкретных ситуаций, решение ситуационных задач, тренировочные упражнения и т.д.

В структуре практического занятия традиционно выделяют следующие этапы: организационный этап, контроль исходного уровня знаний (обсуждение вопросов, возникших у студентов при подготовке к занятию; исходный контроль (тесты, опрос, проверка письменных домашних заданий и т.д.), коррекция знаний студентов), обучающий этап (педагогический рассказ, инструкции по выполнению заданий), самостоятельная работа студентов на занятии, контроль конечного уровня усвоения знаний, заключительный этап.

### **5.2. Указания для обучающихся по освоению дисциплины**

Общий объем самостоятельной работы студентов по дисциплине *«Основа медицинских знаний и здорового образа жизни»* составляет 134 часа.

Самостоятельная работа осуществляется в форме подготовки к практическим занятиям и выполнения письменных домашних заданий по дисциплине. По каждой теме предусмотрено выполнение большого количества разнообразных упражнений, направленных на закрепление навыков этнокультурных различий.

| Номер<br>радела<br>(темы) | Вопросы, выносимые<br>на самостоятельное изучение                                                                                                                                                                                     | Кол-во<br>часов | Формы работы |
|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|--------------|
| Тема 1                    | 1. Введение. Основные понятия и определения дисциплины ОМЗ и ЗОЖ.<br>2. Цель и задачи предмета.<br>3. Определение понятий здоровье и болезнь.<br>4. Индивидуальное и общественное здоровье.                                           | 26              | ЭССЕ         |
| Тема 2                    | Проблемы здоровья учащихся различных возрастных групп, факторы здоровья, характеристика групп здоровья                                                                                                                                | 26              | Реферат      |
| Тема 3                    | 1. Основные группы инфекционных заболеваний.<br>Меры профилактики.<br>2. Клинические признаки отдельных инфекций.                                                                                                                     | 26              | ЭССЕ         |
| Тема 4                    | 1. Понятие о неотложных состояниях.<br>2. Причины и факторы их вызывающие.<br>3. Приемы оказания первой помощи при сердечно-сосудистой патологии                                                                                      | 26              | Реферат      |
| Тема 5                    | 1. Санитарное законодательство.<br>2. Роль государственных и негосударственных организаций и учреждений в сохранении здоровья детей.<br>3. Гигиеническое воспитание, санитарное просвещение.<br>4. Понятие «репродуктивное здоровье». | 26              | Реферат      |

### 5.3. Виды и формы письменных работ, предусмотренных при освоении дисциплины, выполняемые обучающимися самостоятельно.

Для выполнения всех видов письменных работ по дисциплине на занятиях и дома обучающимся рекомендуется иметь рабочую тетрадь. Все письменные домашние задания выполняются по учебникам, указанным в перечне основной и дополнительной литературы для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.

#### Требования к написанию реферата.

Реферат по данному курсу является одним из методов организации самостоятельной работы студентов. Темы рефератов являются дополнительным материалом для изучения данной дисциплины. Реферат является допуском к зачету. Реферат должен быть подготовлен согласно теме, предложенной преподавателем.

Допускается самостоятельный выбор темы реферата, но по согласованию с преподавателем. Объем реферата - не менее 12 страниц формата А4.

Реферат должен иметь: титульный лист, оформленный согласно «Стандарта предприятия»; содержание; текст должен быть разбит на разделы согласно содержания; заключение; список литературы не менее 10 источников. Обсуждение тем рефератов проводится на тех семинарских занятиях, по которым они распределены. Это является обязательным требованием.

В случае непредставления реферата согласно установленного графика (без уважительной причины), студент обязан подготовить новый реферат. Информация по реферату должна не превышать 10 минут. Выступающий должен подготовить краткие выводы по теме реферата для конспектирования студентами. Сдача реферата преподавателю обязательна.

#### Подготовка к зачету

Зачет – является итоговой формой оценивания знаний студента по всему курсу изученной дисциплины. Зачет проводится в письменной форме, очно. Для подготовки к зачету понадобится материал курса лекций, конспекты практических занятий, словарь терминов. При высоком уровне подготовки к практическим занятиям и составлении конспектов дополнительной литературы к каждой теме, можно избежать обращения к дополнительным источникам знаний при подготовке к зачету. Пользование конспектом или другими носителями информации на зачете строго запрещено.

Итоговая оценка по дисциплине будет учитывать результаты творческих, контрольных работ.

### Требования к написанию эссе

В задании приводится некое утверждение. Нужно написать сочинение-рассуждение, в котором выражается собственное мнение автора касательно данного утверждения. Эссе должно состоять минимум из 180 и максимум из 275 слов. Если написано меньше 180 слов, то задание проверке не подлежит и оценивается в 0 баллов. Если написано больше 275 слов, то «проверке подлежит только та часть работы, которая соответствует требуемому объёму». Текст организован максимально правильно, т.е. высказывание логично, структура текста соответствует предложенному плану; средства логической связи использованы правильно; текст разделён на абзацы.

Эссе должно быть четко структурировано и включать в себя следующие части (каждая начинается с нового абзаца):

1. Вступление. Здесь необходимо обозначить проблему, указанную в задании. Важно перефразировать её, а не переписать слово в слово. Также следует дополнить этот тезис небольшим комментарием-пояснением. Закончить вступление можно риторическим вопросом.

2. Выражение собственного мнения. В данном абзаце необходимо тезисно отразить личное отношение автора к данной проблеме и подкрепить его 2-3 развернутыми аргументами. Важно, чтобы доводы были убедительными, емкими и логичными. Аргументы вводятся с помощью универсальных слов-связок и фраз.

3. Выражение противоположного мнения. Третий абзац эссе должен содержать точку зрения оппонента. Этот тезис также необходимо подкрепить 1-2 аргументами. Важно, чтобы аргументов у оппонента было на 1 меньше (т.е., если во 2-м абзаце у автора три аргумента, в 3-м должно быть два), потому что цель автора – доказать собственную правоту.

4. Несогласие с мнением оппонентов. Здесь следует опровергнуть мнение оппонента, выразить несогласие автора и подкрепить его 1-2 контраргументами (2 аргумента оппонента = 2 контраргумента автора).

5. Заключение. Последний абзац должен содержать обобщенный вывод касательно обсуждаемого вопроса, который также дополняется комментарием. Можно использовать универсальную фразу, которая заставит читателя задуматься над проблемой.

## 6. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

### 6.1. Образовательные технологии

В ходе освоения дисциплины применяются образовательные технологии, развивающие у обучающихся навыки командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений и лидерские качества: ролевые игры, круглый стол, кейс - задачи, творческие групповые и индивидуальные задания, проектная деятельность.

**Таблица 5 – Образовательные технологии, используемые при реализации учебных занятий**

| Раздел, тема дисциплины (модуля)                                                     | Форма учебного занятия |                                                                            |                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|----------------------------------------------------------------------------|---------------------|
|                                                                                      | Лекция                 | Практическое занятие, семинар                                              | Лабораторная работа |
| Введение в учебную дисциплину.<br>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни | Обзорная лекция        | Фронтальный опрос, выполнение практических заданий, тематические дискуссии | Не предусмотрено    |
| Методы оценки количеств и качества здоровья человека                                 | Лекция-диалог          | Тематические дискуссии, анализ конкретных ситуаций                         | Не предусмотрено    |
| Влияние экологических факторов на здоровье человека о наиболее                       | Обзорная лекция        | Фронтальный опрос, выполнение                                              | Не предусмотрено    |

|                                                                                                                     |                 |                                                                                              |                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|
| распространенных болезнях и<br>возможностях их<br>предупреждения                                                    |                 | практических<br>заданий,<br>тематические<br>дискуссии                                        |                     |
| Наиболее часто<br>встречающиеся неотложные<br>состояния.                                                            | Лекция-диалог   | Тематические<br>дискуссии,<br>анализ<br>конкретных<br>ситуаций                               | Не<br>предусмотрено |
| Мотивация сохранения и<br>укрепления здоровья у<br>учащихся через овладение<br>принципами здорового<br>образа жизни | Обзорная лекция | Фронтальный<br>опрос,<br>выполнение<br>практических<br>заданий,<br>тематические<br>дискуссии | Не<br>предусмотрено |

## 6.2. Информационные технологии

- использование возможностей Интернета в учебном процессе (использование информационного сайта преподавателя (рассылка заданий, предоставление выполненных работ, ответы на вопросы, ознакомление учащихся с оценками и т.д.));

- использование электронных учебников и различных сайтов (например, электронные библиотеки, журналы и т.д.) как источник информации;

- использование возможностей электронной почты преподавателя;

- использование средств представления учебной информации (электронных учебных пособий и практикумов, применение новых технологий для проведения очных (традиционных) лекций и семинаров с использованием презентаций и т.д.);

- использование интерактивных средств взаимодействия участников образовательного процесса (технологии дистанционного или открытого обучения в глобальной сети (веб-конференции, форумы, учебно-методические материалы и др.));

- использование интегрированных образовательных сред, где главной составляющей являются не только применяемые технологии, но и содержательная часть, т.е. информационные ресурсы (доступ к мировым информационным ресурсам, на базе которых строится учебный процесс);

– использование виртуальной обучающей среды (LMS Moodle «Электронное образование») или иных информационных систем, сервисов и мессенджеров]

## 6.3. Программное обеспечение, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

### 6.3.1. Программное обеспечение

| Наименование программного обеспечения                    | Назначение                                     |
|----------------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| Adobe Reader                                             | Программа для просмотра электронных документов |
| Moodle                                                   | Образовательный портал ФГБОУ ВО «АГУ»          |
| Mozilla FireFox                                          | Браузер                                        |
| Microsoft Office 2013,<br>Microsoft Office Project 2013, | Пакет офисных программ                         |

|                                  |                              |
|----------------------------------|------------------------------|
| Microsoft Office Visio 2013      |                              |
| 7-zip                            | Архиватор                    |
| Microsoft Windows 7 Professional | Операционная система         |
| Kaspersky Endpoint Security      | Средство антивирусной защиты |
| Google Chrome                    | Браузер                      |
| OpenOffice                       | Пакет офисных программ       |
| Opera                            | Браузер                      |
| VLC Player                       | Медиапроигрыватель           |

### 6.3.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru.: <https://elibrary.ru>.

1. Электронная библиотека «Астраханский государственный университет»: <https://biblio.asu.edu.ru>
2. Электронно-библиотечная система LPRbooks: <https://www.iprbookshop.ru/>
3. Электронно - библиотечная система «Консультант студента» ООО «Политехресурс»: [www.studentlibrary.ru](http://www.studentlibrary.ru)
4. Электронно - библиотечная система издательства ЮРАЙТ раздел «Легендарные книги»: [www.biblio-onlane.ru](http://www.biblio-onlane.ru)
5. Электронно-библиотечная система BOOK.ru: <https://www.book.ru/>

## 7. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

### 7.1. Паспорт фонда оценочных средств

При проведении текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» проверяется сформированность у обучающихся компетенций, указанных в разделе 3 настоящей программы. Этапность формирования данных компетенций в процессе освоения образовательной программы определяется последовательным освоением дисциплин и прохождением практик, а в процессе освоения дисциплины – последовательным достижением результатов освоения содержательно связанных между собой разделов, тем.

**Таблица 6**  
**Соответствие разделов, тем дисциплины, результатов обучения по дисциплине и оценочных средств**

| № п/п | Контролируемый раздел, тема дисциплины (модуля) | Код контролируемой компетенции (компетенций) | Наименование оценочного средства |
|-------|-------------------------------------------------|----------------------------------------------|----------------------------------|
| 1.    | Тема 1,2,3,4,5                                  | УК-7, УК-8                                   | Реферат, ЭССЕ                    |
| 2.    | Тема 1,2,3,4,5                                  | УК-7, УК-8                                   | Реферат, ЭССЕ                    |
| 3.    | Тема 1,2,4                                      | УК-7, УК-8                                   | контрольная работа               |

### 7.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций, описание шкал оценивания

**Таблица 7**  
**Показатели оценивания результатов обучения в виде знаний**

| Шкала оценивания           | Критерии оценивания                                                                                                                                                                                                         |
|----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 5<br>«отлично»             | демонстрирует глубокое знание теоретического материала, умение обоснованно излагать свои мысли по обсуждаемым вопросам, способность полно, правильно и аргументированно отвечать на вопросы, приводить примеры              |
| 4<br>«хорошо»              | Демонстрирует знание теоретического материала, его последовательное изложение, способность приводить примеры, допускает единичные ошибки, исправляемые после замечания преподавателя                                        |
| 3<br>«удовлетворительно»   | демонстрирует неполное, фрагментарное знание теоретического материала, требующее наводящих вопросов преподавателя, допускает существенные ошибки в его изложении, затрудняется в приведении примеров и формулировке выводов |
| 2<br>«неудовлетворительно» | демонстрирует существенные пробелы в знании теоретического материала, не способен его изложить и ответить на наводящие вопросы преподавателя, не может привести примеры                                                     |

Таблица 8

## Показатели оценивания результатов обучения в виде умений и владений

| Шкала оценивания           | Критерии оценивания                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 5<br>«отлично»             | демонстрирует способность применять знание теоретического материала при выполнении заданий, последовательно и правильно выполняет задания, умеет обоснованно излагать свои мысли и делать необходимые выводы                                                                         |
| 4<br>«хорошо»              | демонстрирует способность применять знание теоретического материала при выполнении заданий, последовательно и правильно выполняет задания, умеет обоснованно излагать свои мысли и делать необходимые выводы, допускает единичные ошибки, исправляемые после замечания преподавателя |
| 3<br>«удовлетворительно»   | демонстрирует отдельные, несистематизированные навыки, испытывает затруднения и допускает ошибки при выполнении заданий, выполняет задание по подсказке преподавателя, затрудняется в формулировке выводов                                                                           |
| 2<br>«неудовлетворительно» | не способен правильно выполнить задание                                                                                                                                                                                                                                              |

### 7.3. Контрольные задания и иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения по дисциплине (модулю)

#### Тема 1. Введение в учебную дисциплину. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

ЭССЕ на одну из предложенных тем:

1. Здоровье как комплексная категория.
2. Современная наука о здоровье: состояние и перспективы.
3. Основные факторы, влияющие на здоровье человека.
4. Пути и средства формирования адекватного отношения личности к здоровью на различных этапах ее жизненного пути.
5. Общенаучный подход к решению проблем здоровья.

#### Критерии оценки:

- оценка «отлично» выставляется студенту, если содержание соответствует целям и задачам дисциплины, умеет анализировать и обобщать информационный материал, логично и последовательно подавать материал, аргументировать выводы, соблюдает нормоконтроль: стандарт оформления, цитаты, ссылки по заявленной теме;

- оценка «хорошо» выставляется студенту, если студент показывает хорошие знания,

допускает единичные ошибки, анализирует различные теоретические положения;

- оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если студент демонстрирует разрозненные знания, не способен провести анализ и дать оценку различным теоретическим положениям;

- оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если студент не может правильно ответить на поставленные вопросы, не способен провести анализ и дать оценку различным теоретическим положениям.

## **Тема 2. Методы оценки количеств и качества здоровья человека.**

### **Темы рефератов**

1. Социально-гигиенический аспект здоровья.
2. Медико-биологический аспект здоровья.
3. Психологический аспект здоровья.
4. Педагогический аспект здоровья.
5. Экономический аспект здоровья.
6. Правовой аспект здоровья.
7. Теологический аспект здоровья.
8. Социальные факторы, влияющие на индивидуальное и общественное здоровье.
9. Социальная сущность наиболее распространенных болезней.
10. Основные направления социальной политики государства, способствующие сохранению и укреплению здоровья населения.

### **Критерии оценки:**

- оценка «отлично» выставляется студенту, если содержание соответствует целям и задачам дисциплины, умеет анализировать и обобщать информационный материал, логично и последовательно подавать материал, аргументировать выводы, соблюдает нормоконтроль: стандарт оформления, цитаты, ссылки по заявленной теме;

- оценка «хорошо» выставляется студенту, если студент показывает хорошие знания, допускает единичные ошибки, анализирует различные теоретические положения;

- оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если студент демонстрирует разрозненные знания, не способен провести анализ и дать оценку различным теоретическим положениям;

- оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если студент не может правильно ответить на поставленные вопросы, не способен провести анализ и дать оценку различным теоретическим положениям.

## **Тема 3. Влияние экологических факторов на здоровье человека о наиболее распространенных болезнях и возможностях их предупреждения.**

### **Темы эссе**

1. Биологическая и социальная обусловленность психической нормы.
2. Факторы риска нарушений психического здоровья.
3. Социальный работник в профилактике суицидального поведения.
4. Критические возрастные периоды и их влияние на психическое здоровье.

### **Критерии оценки:**

- оценка «отлично» выставляется студенту, если содержание соответствует целям и задачам дисциплины, умеет анализировать и обобщать информационный материал, логично и последовательно подавать материал, аргументировать выводы, соблюдает нормоконтроль: стандарт оформления, цитаты, ссылки по заявленной теме;

- оценка «хорошо» выставляется студенту, если студент показывает хорошие знания, допускает единичные ошибки, анализирует различные теоретические положения;

- оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если студент демонстрирует разрозненные знания, не способен провести анализ и дать оценку различным теоретическим положениям;

- оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если студент не может правильно ответить на поставленные вопросы, не способен провести анализ и дать оценку различным теоретическим положениям.

#### **Тема 4. Наиболее часто встречающиеся неотложные состояния.**

1. Виды травм.
2. Различия кровотечений.
3. Травмы и повреждения.
4. Шоковые состояния после катастрофы.
5. Ожоги и отморожения.

##### **Критерии оценки:**

- оценка «отлично» выставляется студенту, если содержание соответствует целям и задачам дисциплины, умеет анализировать и обобщать информационный материал, логично и последовательно подавать материал, аргументировать выводы, соблюдает нормоконтроль: стандарт оформления, цитаты, ссылки по заявленной теме;

- оценка «хорошо» выставляется студенту, если студент показывает хорошие знания, допускает единичные ошибки, анализирует различные теоретические положения;

- оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если студент демонстрирует разрозненные знания, не способен провести анализ и дать оценку различным теоретическим положениям;

- оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если студент не может правильно ответить на поставленные вопросы, не способен провести анализ и дать оценку различным теоретическим положениям.

#### **Тема 5. Мотивация сохранения и укрепления здоровья у учащихся через овладение принципами здорового образа жизни.**

1. Виды социальных проектов, которые направлены на здоровый образ жизни.
2. Мотивационные подходы к привлечению различных слоев населения к здоровому образу жизни.
3. Способы борьбы с вредными привычками.

##### **Критерии оценки:**

- оценка «отлично» выставляется студенту, если содержание соответствует целям и задачам дисциплины, умеет анализировать и обобщать информационный материал, логично и последовательно подавать материал, аргументировать выводы, соблюдает нормоконтроль: стандарт оформления, цитаты, ссылки по заявленной теме;

- оценка «хорошо» выставляется студенту, если студент показывает хорошие знания, допускает единичные ошибки, анализирует различные теоретические положения;

- оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если студент демонстрирует разрозненные знания, не способен провести анализ и дать оценку различным теоретическим положениям;

- оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если студент не может правильно ответить на поставленные вопросы, не способен провести анализ и дать оценку различным теоретическим положениям.

#### **Примерный перечень вопросов на зачет.**

1. Организация медико-социальной помощи беременным.
2. Бесплодный брак: личностные и социальные последствия.
3. Здоровье детей первых лет жизни.
4. Биологическая и социальная обусловленность психической нормы.
5. Факторы риска нарушений психического здоровья.
6. Социальный работник в профилактике суицидального поведения.
7. Критические возрастные периоды и их влияние на психическое здоровье.
8. Современный взгляд на проблемы алкоголизма.
9. Алкоголизм как болезнь. Современные подходы к профилактике злоупотребления наркотическими средствами и наркомании.
10. Законодательные и административные меры по предупреждению наркомании.

**Перечень вопросов и заданий,  
дифференцированный зачёт**

**Таблица 9 – Примеры оценочных средств  
с ключами правильных ответов**

| №<br>п/п                                                   | Тип<br>задания               | Формулировка задания                                                                                                                                                                                       | Правильный<br>ответ | Время<br>выполнения<br>(в минутах) |
|------------------------------------------------------------|------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|------------------------------------|
| <b>Код и наименование проверяемой компетенции<br/>УК-8</b> |                              |                                                                                                                                                                                                            |                     |                                    |
| 1.                                                         | Задание<br>закрытого<br>типа | При развитии умирания определяющим процессом является:<br>1) авитаминоз;<br>2) гипоксия;<br>3) снижение функции почек;<br>4) падение иммунитета                                                            | 2                   | 1                                  |
| 2.                                                         |                              | Длительность клинической смерти в обычных условиях:<br>1) 2 мин;<br>2) 15-20 мин;<br>3) 5-7 мин;<br>4) 10-12 мин                                                                                           | 3                   | 1                                  |
| 3.                                                         |                              | Достоверным признаком биологической смерти является:<br>1) резкая бледность кожи;<br>2) отсутствие дыхания;<br>3) отсутствие пульса на лучевой артерии;<br>4) сужение зрачка при сдавливании глаза с боков | 4                   | 1                                  |
| 4.                                                         |                              | Реанимация в полном объеме необходима:<br>1) при глубоком обмороке;<br>2) тяжелом повреждении головного мозга;<br>3) прекращении дыхания;<br>4) очень слабом пульсе                                        | 3                   | 1                                  |
| 5.                                                         |                              | Один из признаков клинической смерти:<br>1) поверхностное дыхание;<br>2) очень слабый пульс;<br>3) отсутствие сознания;<br>4) слабая реакция на свет                                                       | 3                   | 1                                  |
| 6.                                                         |                              | Время сдавливания конечности кровоостанавливающим жгутом у взрослого человека в теплое время года не должно превышать:<br>1) 30 мин;<br>2) 1 ч;<br>3) 2 ч;<br>4) 3 ч.                                      | 3                   | 1                                  |
| 7.                                                         |                              | Время сдавливания конечности                                                                                                                                                                               | 2                   | 1                                  |

| № п/п | Тип задания            | Формулировка задания                                                                                                                                                     | Правильный ответ                                                                                                                                                                                                                                                               | Время выполнения (в минутах) |
|-------|------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
|       |                        | кровоостанавливающим жгутом у взрослого человека в холодное время года не должно превышать:<br>1) 30 мин;<br>2) 1 ч;<br>3) 2 ч;<br>4) 3 ч.                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                |                              |
| 8.    |                        | Первоочередным мероприятием при ранениях являются:<br>1) обезболивание;<br>2) промывание места ранения;<br>3) наложении стерильной повязки;<br>4) остановка кровотечения | 4                                                                                                                                                                                                                                                                              | 1                            |
| 9.    |                        | Осложнением кровотечения является:<br>1) рвота;<br>2) анемия;<br>3) интоксикация;<br>4) образование язвы в желудке.                                                      | 2                                                                                                                                                                                                                                                                              | 1                            |
| 10.   |                        | Кровь алого цвета, высоким фонтаном или пульсирующей струей вытекает при кровотечении:<br>1) венозном;<br>2) артериальном;<br>3) капиллярном;<br>4) паренхиматозном      | 2                                                                                                                                                                                                                                                                              | 1                            |
| 11.   | Задание открытого типа | Антитела                                                                                                                                                                 | белки сыворотки крови и других биологических жидкостей, которые синтезируются в ответ на введение антигена и обладают способностью специфически взаимодействовать с антигеном, вызвавшим их образование, или с изолированной детерминантной группой этого антигена (гаптеном). | 10                           |
| 12.   |                        | Депрессия                                                                                                                                                                | болезненное состояние, проявляющееся психическими (подавленное настроение, замедление психических процессов) и физическими (снижение общего                                                                                                                                    | 10                           |

| № п/п | Тип задания | Формулировка задания | Правильный ответ                                                                                                                                                                                                                         | Время выполнения (в минутах) |
|-------|-------------|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
|       |             |                      | тонуса, замедленность движений, нарушение пищеварения) расстройствами                                                                                                                                                                    |                              |
| 13.   |             | Вирусные инфекции    | одна из многочисленных групп инфекционных заболеваний, разнообразных по клиническому течению и морфологии, обладают высокой контагиозностью и способны вызвать эпидемии и пандемии.                                                      | 10                           |
| 14.   |             | Здоровье             | состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.                                                                                                              | 10                           |
| 15.   |             | Лихорадка            | типовая терморегуляторная защитно-приспособительная реакция организма на воздействие пирогенных веществ, выражающаяся временной перестройкой теплообмена на поддержание более высокого, чем в норме, теплосодержания и температуры тела. | 10                           |
| 16.   |             | Невроз               | обратимые пограничные психические нарушения, осознаваемые больными, обусловленные воздействием психотравмирующих факторов и протекающие с эмоциональными и соматовегетативными расстройствами.                                           | 10                           |

| № п/п | Тип задания | Формулировка задания | Правильный ответ                                                                                                                                                                                                       | Время выполнения (в минутах) |
|-------|-------------|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| 17.   |             | Отек                 | избыточное скопление жидкости в тканях и полостях организма; чаще наблюдается в коже, подкожной клетчатке, плевральных и брюшной полостях.                                                                             | 10                           |
| 18.   |             | Повязка              | перевязочный материал, иногда содержащий лекарственные или некоторые другие вещества, наложенный и укрепленный на поверхности тела больного (пострадавшего, пораженного) с лечебной целью.                             | 10                           |
| 19.   |             | Смерть               | прекращение жизнедеятельности организма; закономерная и неизбежная заключительная стадия существования индивидуума. У теплокровных животных и человека связана, прежде всего, с прекращением дыхания и кровообращения. | 10                           |
| 20.   |             | Медицинская помощь   | совокупность лечебно-профилактических мероприятий, проводимых при заболеваниях, травмах, отравлениях, а также при родах лицами, имеющими медицинское (высшее или среднее) образование.                                 | 10                           |

**7.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю)**

**Таблица 10**  
**Технологическая карта рейтинговых баллов по дисциплине (модулю)**

| №<br>п/п                               | Контролируемые мероприятия                  | Количество мероприятий/<br>баллы                    | Максимальное количество баллов | Срок предоставления               |
|----------------------------------------|---------------------------------------------|-----------------------------------------------------|--------------------------------|-----------------------------------|
| <b>Основной блок</b>                   |                                             |                                                     |                                |                                   |
| 1.                                     | Выступления на семинарских занятиях:        |                                                     |                                | по календарно-тематическому плану |
| 1.1.                                   | Полный ответ по вопросу                     | 5/2 балла                                           | 10                             |                                   |
| 1.2.                                   | Дополнение                                  | 10/0,5 балла                                        | 5                              |                                   |
| 1.3.                                   | Доклад (сообщение) по дополнительной теме   | 2/5 баллов                                          | 10                             |                                   |
| 2.                                     | Выполнение творческих заданий               | 5/3 балла                                           | 15                             | по календарно-тематическому плану |
| 3.                                     | Выполнение контрольной работы               | 2/10 баллов                                         | 20                             | по календарно-тематическому плану |
| Количество баллов к рубежному контролю |                                             |                                                     | 20                             |                                   |
| 4.                                     | Тестирование по всем темам курса            | 5/6 баллов (0,6 балла за каждый правильный ответ)   | 30                             | по календарно-тематическому плану |
| Количество баллов к рубежному контролю |                                             |                                                     | 60                             |                                   |
| <b>Промежуточный контроль:</b>         |                                             |                                                     | <b>90</b>                      |                                   |
| 5.                                     | <b>Блок бонусов</b>                         |                                                     |                                |                                   |
| 5.1.                                   | Посещение занятий                           | 0,2 балла за занятие, но не более 4                 | <b>10</b>                      | по календарно-тематическому плану |
| 5.2.                                   | Активность студента на занятии              | 0,4 балла за занятие, но не                         |                                |                                   |
|                                        |                                             | более 3                                             |                                |                                   |
| 5.3.                                   | Наличие тематических портфолио              | 0,2 балла но не более 1                             |                                |                                   |
| 5.4.                                   | Участие с докладами на научных конференциях | 0,2 балла но не более 2                             |                                |                                   |
| <b>Всего</b>                           |                                             |                                                     | <b>100</b>                     |                                   |
| <b>Дополнительный блок</b>             |                                             |                                                     |                                |                                   |
| 6.                                     | <b>Зачет</b>                                | В соответствии с установленными кафедрой критериями |                                | по расписанию                     |
| <b>Итого:</b>                          |                                             |                                                     | <b>100</b>                     |                                   |

**Таблица  
11 – Система  
штрафов (для  
одного занятия)**

| Показатель                                                 | Баллы |
|------------------------------------------------------------|-------|
| Опоздание (два и более)                                    | -2    |
| Не готов к практической части занятия                      | -4    |
| Пропуск лекций без уважительных причин (за одну лекцию)    | -4    |
| Пропуск занятий без уважительной причины (за одно занятие) | -4    |

**Таблица 12 – Шкала перевода рейтинговых баллов в итоговую  
оценку за семестр по дисциплине (модулю)**

| Сумма баллов | Оценка по 4-балльной шкале |         |
|--------------|----------------------------|---------|
| 90–100       | 5 (отлично)                | Зачтено |

| Сумма баллов | Оценка по 4-балльной шкале |            |
|--------------|----------------------------|------------|
| 85–89        | 4 (хорошо)                 |            |
| 75–84        |                            |            |
| 70–74        |                            |            |
| 65–69        | 3 (удовлетворительно)      |            |
| 60–64        |                            |            |
| Ниже 60      | 2 (неудовлетворительно)    | Не зачтено |

Преподаватель, реализующий дисциплину, в зависимости от уровня подготовленности обучающихся может использовать иные формы, методы контроля и оценочные средства, исходя из конкретной ситуации.

## **8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **8.1. Основная литература**

1. Экономова Т.П., Основы медицинских знаний и здорового образа жизни / Т.П. Экономова - Архангельск : ИД САФУ, 2016. - 80 с. - ISBN 978-5-261-01129-3 - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785261011293.html>

2. Гигиена и экология человека / под ред. Глиненко В.М. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2019. - ISBN 978-5-9704-4866-3 - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970448663.html>

### **8.2. Дополнительная литература**

1. Хисматуллина З.Н., Основы социальной медицины : учебно-методическое пособие / Хисматуллина З. Н. - Казань : Издательство КНИТУ, 2017. - ISBN 978-5-7882-2256-1 - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785788222561.html>

2. Морозова Г.К., Основы здорового образа жизни детей дошкольного возраста : учеб.-метод. пособие / Г.К. Морозова. - 2-е изд., стер. - М. : ФЛИНТА, 2014. - 110 с. - ISBN 978-5-9765-1964-0 - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976519640.html>

### **8.3. Интернет-ресурсы, необходимые для освоения дисциплины (модуля)**

1. Электронно-библиотечная система «Консультант студента» ООО «Политехресурс»: [www.studentlibrary.ru](http://www.studentlibrary.ru)

## **9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Для организации учебного процесса и достижения предполагаемых результатов обучения по программе имеются:

- аудитории, оборудованных мультимедийным оборудованием;
- учебные полигоны, учебно-производственные базы практики и мастерские,
- информационное и инфокоммуникационное оборудование,
- укомплектованный и регулярно обновляемый библиотечный фонд,
- доступ к электронным базам данных ведущих библиотек.

Рабочая программа дисциплины (модуля) при необходимости может быть адаптирована для обучения (в том числе с применением дистанционных образовательных технологий) лиц с ограниченными возможностями здоровья, инвалидов. Для этого требуется заявление обучающихся, являющихся лицами с ограниченными возможностями здоровья, инвалидами, или их законных представителей и рекомендации психолого-медико-педагогической комиссии. Для инвалидов содержание рабочей программы дисциплины (модуля) может определяться также в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалида (при наличии).