



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ.
КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ

Образовательная программа

Культурология

Направление подготовки

51.03.01 «Культурология»

Уровень высшего образования

Бакалавриат



Разработчики программы:

- Гусева М.Е. кандидат медицинских наук, доцент, профессор кафедры

© Гусева Мария Евгеньевна

© АНО ВО «Институт современного искусства»



АННОТАЦИЯ К ДИСЦИПЛИНЕ

Цели:	<ul style="list-style-type: none"> - овладение необходимыми приемами оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях и острых заболеваниях; получение знаний о здоровье человека, образе его жизни, а также привитие необходимой гигиенической культуры. - формирование у студентов теоретических и практических знаний для рациональной здоровьесберегающей организации учебного процесса, обеспечения охраны жизни, сохранения и укрепления (воссоздания) здоровья учащихся образовательных учреждений во время учебного процесса и во внеурочной деятельности.
Задачи:	<ul style="list-style-type: none"> - дать знания об основных патологических состояниях, требующих неотложной терапии; - познакомить с основами диагностики состояния здоровья; помочь выработать педагогические технологии, способные повысить эффективность учебно-воспитательной работы на базе здоровьесберегающих технологий; - сформировать у студентов мотивацию к здоровому образу жизни
Компетенции формируемые в результате изучения дисциплины:	обучающегося, УК-7; УК-8

1. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ

по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций:

УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Знать:	<ul style="list-style-type: none"> — методы сохранения и укрепления физического здоровья в условиях полноценной социальной и профессиональной деятельности; — социально-гуманитарную роль физической культуры и спорта в развитии личности; — роль физической культуры и принципы здорового образа жизни; — влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; — способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;



	— правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности;
Уметь:	— организовывать режим времени, приводящий к здоровому образу жизни; — использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа; — выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, ритмической и аэробной гимнастики, упражнения атлетической гимнастики; — выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации; — выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки;
Владеть:	— опытом спортивной деятельности и физического самосовершенствования и самовоспитания; — способностью к организации своей жизни в соответствии с социально-значимыми представлениями о здоровом образе жизни; — методикой самостоятельных занятий и самоконтроля за состоянием своего организма; — методикой организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях.

УК-8	Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций
Знать:	— теоретические основы жизнедеятельности в системе «человек – среда обитания»; — правовые, нормативные и организационные основы безопасности жизнедеятельности; — основы физиологии человека, анатомо-физиологические последствия воздействия на человека травмирующих, вредных и поражающих факторов; — современный комплекс проблем безопасности человека; — средства и методы повышения безопасности; — концепцию и стратегию национальной безопасности;
Уметь:	— эффективно применять средства защиты от негативных воздействий; — планировать мероприятия по защите персонала и населения в чрезвычайных ситуациях и при необходимости принимать участие в проведении спасательных и других неотложных работ;
Владеть:	— навыками оказания первой доврачебной помощи пострадавшим.



2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ООП	Часть, формируемая участниками образовательных отношений. Б1.В.ДВ.02. Дисциплины (модули) по выбору 2 (ДВ.2). Дисциплина Б1.В.ДВ.02.01
-------------------	--

2.1. Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Для изучения данной учебной дисциплины (модуля) необходимы знания, умения и компетенции, формируемые предшествующими дисциплинами и/или практиками и/или предыдущим уровнем подготовки:

- История (история России, всеобщая история) (УК-1; УК-5)
- Теория культуры (УК-5, ОПК -1, ПК-3)
- История культуры и искусства (УК-5; ПК-6)
- Философия культуры (УК-1,УК-5)

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

- 3.1. Общая трудоемкость (объем) дисциплины (модуля) составляет 3 зачетные единицы (ЗЕ), 108 академических часов.
- 3.2. Объём дисциплины (модуля) по видам учебных занятий (в академических часах):

Вид учебной работы	Кол-во академических часов по формам обучения		
	очная	очно -заочная	заочная
Общая трудоемкость дисциплины	108	-	108
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий), ВСЕГО:	36	-	12
Лекции (Л)	18	-	12
Семинары (С)	18	-	-
Практические занятия (ПЗ)	-	-	-
Самостоятельная работа студента (СРС)	72	-	92
Форма промежуточной аттестации			



Экзамен (Э)		-	-
Зачет (З)	2 семестр	-	4 час. (3 курс летняя сессия)
Дифференцированный зачет (ДЗ)	-	-	-

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

4.1. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием для каждой темы:

- номера семестра учебного плана;
- количества академических часов, отведенного на её изучение с распределением по видам учебных занятий:
 - «Лек» - лекционные,
 - «ПрЗ» / «ИнЗ» / «С» – групповые и мелкогрупповые практические занятия / индивидуальные занятия / семинары,
 - «СРС» - самостоятельная работа студентов.
- формы текущего контроля успеваемости

Для очной формы обучения				Трудоемкость в часах			Формы текущего контроля успеваемости
№ п/п	Наименование разделов и тем	№ сем. УП	Объем в часах (всего)	Лек	ПрЗ, ИнЗ, С	СРС	
РАЗДЕЛ 1. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ							
1.1	Основные понятия и определения дисциплины «Основы медицинских знаний. Культура здоровья»	2	9	1	-	8	Проверка выполнения самостоятельной работы, оценка за участие в семинаре
1.2	Биологические основы здоровья	2	18	4	4	10	Проверка выполнения самостоятельной работы, оценка за участие в семинаре



Для очной формы обучения				Трудоемкость в часах			Формы текущего контроля успеваемости
№ п/п	Наименование разделов и тем	№ сем. УП	Объем в часах (всего)	Лек	ПрЗ, ИнЗ, С	СРС	
1.3	Основные группы инфекционных заболеваний	2	9	1	2	6	Проверка выполнения самостоятельной работы, оценка за участие в семинаре
1.4	Понятие о неотложных состояниях	2	12	2	2	8	Проверка выполнения самостоятельной работы, мини-опрос
1.5	Понятие о смерти и ее этапах	2	8	1	1	6	Проверка выполнения самостоятельной работы, оценка за участие в семинаре
РАЗДЕЛ 2. КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ							
2.1	Здоровье как человеческая ценность	2	8	1	1	6	Проверка выполнения самостоятельной работы, оценка за участие в семинаре
2.2	Образ жизни и здоровье	2	10	2	2	6	Проверка выполнения самостоятельной работы, мини-опрос
2.3	Окружающая среда, личная гигиена и здоровье	2	12	2	2	8	Проверка выполнения самостоятельной работы, оценка за участие в семинаре



Для очной формы обучения				Трудоемкость в часах			Формы текущего контроля успеваемости
№ п/п	Наименование разделов и тем	№ сем. УП	Объем в часах (всего)	Лек	ПрЗ, ИнЗ, С	СРС	
2.4	Аутопатогении	2	10	2	2	6	Проверка выполнения самостоятельной работы, оценка за участие в семинаре
2.5	Семейная этика, сексология и сексопатология	2	12	2	2	8	Проверка выполнения самостоятельной работы, оценка за участие в семинаре

Для заочной формы обучения				Трудоемкость в часах			Формы текущего контроля успеваемости
№ п/п	Наименование разделов и тем	№ сем. УП	Объем в часах (всего)	Лек	ПрЗ, ИнЗ, С	СРС	
РАЗДЕЛ 1. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ							
1.1	Основные понятия и определения дисциплины «Основы медицинских знаний. Культура здоровья»	3 курс Зимняя сессия	10,5	0,5	-	10	Проверка выполнения самостоятельной работы
1.2	Биологические основы здоровья	3 курс Зимняя сессия	12	2	-	10	Проверка выполнения самостоятельной работы
1.3	Основные группы инфекционных заболеваний	3 курс Зимняя сессия	10,5	0,5	-	10	Проверка выполнения самостоятельной работы



Для заочной формы обучения				Трудоемкость в часах			Формы текущего контроля успеваемости
№ п/п	Наименование разделов и тем	№ сем. УП	Объем в часах (всего)	Лек	ПрЗ, ИнЗ, С	СРС	
1.4	Понятие о неотложных состояниях	3 курс Зимняя сессия	10,5	0,5	-	10	Проверка выполнения самостоятельной работы
1.5	Понятие о смерти и ее этапах	3 курс Зимняя сессия	10,5	0,5	-	10	Проверка выполнения самостоятельной работы
РАЗДЕЛ 2. КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ							
2.1	Здоровье как человеческая ценность	3 курс Летняя сессия	3	1	-	2	Проверка выполнения самостоятельной работы
2.2	Образ жизни и здоровье	3 курс Летняя сессия	14	4	-	10	Проверка выполнения самостоятельной работы
2.3	Окружающая среда, личная гигиена и здоровье	3 курс Летняя сессия	11	1	-	10	Проверка выполнения самостоятельной работы
2.4	Аутопатогении	3 курс Летняя сессия	11	1	-	10	Проверка выполнения самостоятельной работы



Для заочной формы обучения				Трудоемкость в часах			Формы текущего контроля успеваемости
№ п/п	Наименование разделов и тем	№ сем. УП	Объем в часах (всего)	Лек	ПрЗ, ИнЗ, С	СРС	
2.5	Семейная этика, сексология и сексопатология	3 курс Лет-няя сес-сия	11	1	-	10	Проверка выполнения самостоятельной работы

4.2. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по разделам

РАЗДЕЛ 1. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ

1.1 Основные понятия и определения дисциплины «Основы медицинских знаний. Культура здоровья»

Здоровый образ жизни как биологическая и социальная проблема. Определение понятия «образ жизни». Системный подход к оценке образа жизни. Структура образа жизни. Показатели образа жизни: уклад, стиль, уровень, качество жизни. Основные пути формирования здоровья. Приоритеты здорового образа жизни. Социально-психологические аспекты здорового образа жизни. Место образа жизни в структуре причин, обуславливающих современную патологию человека, влияние образа жизни на здоровье. Здоровый образ жизни как основа профилактики, решающее звено в сохранении и укреплении здоровья. Здоровье человека как предмет исследования. Определения понятия здоровье. Состояние здоровья отдельного человека (индивидуальное здоровье): сущность, особенности, показатели. Основные, виды подходов к категории здоровье. Мотивация и здоровье. Биосоциальная основа здоровья: поведение, наследственность, отношение, самооценка, образ жизни. Определение понятия общественное здоровье, показатели общественного здоровья. Предболезнь.

1.2 Биологические основы здоровья

Биохимические основы функционирования здорового организма человека. Основные структурные системы организма. Белки, жиры и углеводы. Витамины и их значение для поддержания здоровья. Роль холестерина в нормальном функционировании организма. Холестерин и атеросклероз. Клетка как минимальная единица организма. Строение клеточной мембраны. Рецепторы. Влияние на здоровье. Виды тканей и их роль в нормальном функционировании организма. Покровная ткань. Кожа как вид эпителиальной ткани. Принципы физиологической косметики. Виды соединительной ткани. Роль жировой ткани в организме человека. Нервно-мышечная система. Влияние физической подготовки на здоровье человека.

Нервная ткань как система регуляции здоровья. Строение нейронных сетей. Виды нейронов. Понятие о синаптической передаче. Рефлекторная дуга и поддержание постоянства внутренней среды организма как основа здоровья и долголетия. Вегетативная нервная система и здоровье. Симпатическая нервная



система и работоспособность. Методы повышения работоспособности. Парасимпатический отдел вегетативной нервной системы и гомеостаз. Вегетативная регуляция регионального кровотока. Учение о стрессе. Адреналин как гормон стресса.

Опорно-двигательный аппарат и здоровье Принципы организации опорно-двигательного аппарата. Двигательная активность и здоровье. Строение позвоночника как опоры тела. Роль правильной осанки для здоровья и социальной адаптации. Причины остеохондроза. Профилактика и устранение боли в спине традиционными методами.

Дыхание и кровообращение – два главных условия жизни. Структура и функция сердечно-сосудистой системы. Артериальное давление и венозный возврат. Реакции сердечно-сосудистой системы на физическую нагрузку. Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний. Респираторная система и основные оздоровительные системы, направленные на ее развитие. Легочная вентиляция. Транспорт кислорода и углекислого газа. Регуляция внешнего и тканевого дыхания. Гипервентиляция и мозговой кровоток. Физиологические механизмы психосоматических расстройств и пути их проф *Иммунитет и здоровье (2 часа)* Здоровье как функция неспецифического иммунитета. Болезнь как функция специфического иммунитета. Аллергия. Аутоиммунитет и болезни старения. Традиционные методы укрепления иммунной резистентности и лактики.

Эндокринная система и здоровье. Основные гормоны и их роль в нормальной жизнедеятельности организма. Голодание и глюкокортикоиды. Половые гормоны и поведение. Тропные гормоны и старение.

Пищеварение, рациональное питание и здоровье. Пищеварение в различных отделах пищеварительного тракта. Питание - необходимая жизненная потребность человека. Шесть классов питательных веществ (углеводы, жиры (липиды), белки, витамины, минеральные вещества, вода). Основы рационального питания человека. Питание в здоровом образе жизни. Распространенные заблуждения о питании. Ожирение и здоровье. Этиология ожирения. Регуляция массы тела. Проблемы здоровья в связи с избыточной массой тела и ожирением. Значение физической активности для регуляции массы тела.

Нервная ткань как система регуляции здоровья. Строение нейронных сетей. Виды нейронов. Понятие о синаптической передаче. Рефлекторная дуга и поддержание постоянства внутренней среды организма как основа здоровья и долголетия. Вегетативная нервная система и здоровье. Симпатическая нервная система и работоспособность. Методы повышения работоспособности. Парасимпатический отдел вегетативной нервной системы и гомеостаз. Вегетативная регуляция регионального кровотока. Учение о стрессе. Адреналин как гормон стресса.

1.3 Основные группы инфекционных заболеваний

Инфекционные болезни. Общие принципы: Этиология. Патогенез. Классификация инфекционных болезней. Инфекционные болезни в современном обществе. Детские инфекции: скарлатина, корь, дифтерия, коклюш, краснуха, ветряная оспа, инфекционный паротит, гепатиты. Начальные симптомы, течение, пути распространения. Инкубационный период. Осложнения. Профилактика.



Социальнозначимые инфекционные заболевания: СПИД, туберкулез. Формирование правильного отношения к больным и носителям возбудителей болезни. Особоопасные и карантинные инфекционные болезни. Эндемические территории. Международные правила по предупреждению инфекционных заболеваний. Заболевания, передаваемые половым путем. Венерические болезни как инфекционные заболевания: принципы диагностики, профилактики, обязательность лечения. Основы паразитологии. Глистные инвазии: принципы диагностики, профилактики.

1.4 Понятие о неотложных состояниях

Первая медицинская (доврачебная) помощь как возможность спасения человека при угрожающих его жизни состояниях. Краткая характеристика угрожающих жизни состояний: кровотечение, кома, шок, асфиксия, остановка сердца, отравления, ожоги, отморожения и др. Первая медицинская помощь в порядке само- и взаимопомощи. Понятие об асептике и антисептике. Перевязочные материалы. Представления об иммобилизации. Медицинская аптечка: укомплектованность и назначение. Подручные перевязочные и иммобилизационные средства. Отравления. Отравления алкогольными суррогатами, лекарственными препаратами. Принципы оказания первой помощи. Отравления ядохимикатами, применяемыми в сельском хозяйстве, ботулизм. Принципы оказания первой медицинской помощи при отравлениях. Укусы змей, первая помощь при укусах змей. Организация первой медицинской помощи при стихийных бедствиях, основой принцип этапности. Первый этап: максимально быстрое устранение действия повреждающих факторов. Второй этап: оказание первой медицинской помощи в соответствии с характером повреждения. Третий этап: транспортировка с места бедствия и госпитализация в лечебное учреждение.

1.5 Понятие о смерти и ее этапах

Смерть и ее этапы. Острая дыхательная недостаточность. Возможные причины. Основные признаки. Первая медицинская помощь: определение проходимости дыхательных путей, техника проведения искусственной вентиляции легких (ИВЛ) способом изо рта в рот, изо рта в нос, изо рта в рот и нос. Положение больного при ИВЛ. Острая сердечная недостаточность. Остановка сердца. Возможные причины и основные признаки. Техника непрямого массажа сердца. Признаки эффективности массажа сердца. Диабетическая кома. Гипер- и гипогликемическая кома. Основные симптомы. Первая медицинская помощь. Эпилептический припадок. Стадии эпилептического припадка и оказание медицинской помощи на каждый из них. Острые хирургические заболевания и повреждения органов брюшной полости (острый аппендицит, холецистит, перитонит). Объем доврачебной помощи. Основные клинические проявления желудочно-кишечных кровотечений и объем неотложной доврачебной помощи. Понятие об аллерженах, антителах и аллержической реакции. Схема развития аллержического шока. Первая помощь. Понятие о гипертонии. Понятие о гипертоническом кризе, первая помощь. Факторы риска возникновения гипертонической болезни.



РАЗДЕЛ 2. КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ

2.1 Здоровье как человеческая ценность

Здоровье в системе человеческих ценностей. Компоненты здоровья. Понятия “болезнь” и “здоровье”. Состояние здоровья населения России. Основные понятия и термины. Здоровье – как научная проблема. Здоровье как социальная ценность жизни. Основные факторы, определяющие здоровье. Индивидуальное и общественное здоровье. Показатели здоровья.

2.2 Образ жизни и здоровье

Здоровый и нездоровый образ жизни. Традиционные основы здорового образа жизни. Здоровый и нездоровый образ жизни. Основные факторы здорового образа жизни. Здоровый образ жизни - основа долголетия. Адаптационные процессы в организме и здоровье. Физиологические резервы организма – основа здоровья человека.

Физическая активность и здоровье. Физическая активность и здоровье человека. Двигательная активность – жизненно необходимая биологическая потребность организма человека. Гиподинамия, гипокинезия и здоровье. Сердечно-сосудистые заболевания и физическая активность. Особенности физической активности различных контингентов населения. Понятие о резервах организма. Потенциал здоровья и его реализация. Выбор физических упражнений для укрепления здоровья и физической подготовленности. Основные оздоровительные эффекты физической культуры и спорта. Методы оздоровительной тренировки для сохранения и развития физического здоровья. Аэробные возможности человека и здоровье.

2.3 Окружающая среда, личная гигиена и здоровье

Окружающая среда и здоровье. Образ жизни и экология. Гигиеническая культура, личная гигиена, режим дня. Биологические и физико-химические основы терморегуляции. Виды теплоотдачи. Охлаждение и перегревание. Закаливание организма.

Сезонный образ жизни. Традиционные основы сезонного образа жизни. Погода и метеозависимость. Применение результатов научно-обоснованных биоритмов к решению задач укрепления здоровья.

2.4 Аутопатогении

Курение и здоровье. Распространенность курения в России и влияние курения на продолжительность жизни. Компоненты табачного дыма, влияние курения на здоровье. Никотин и никотиновые рецепторы. Курение и мозговой кровоток. Что должны делать специалисты (врачи, педагоги, психологи) по профилактике курения. Способы преодоления курения.

Токсикомания, наркомания и здоровье. Вредные привычки и их социальные последствия. Виды токсикомании и последствия при их длительном употреблении. Виды наркомании и последствия при их употреблении. Медиаторные механизмы наркотической зависимости (опиаты, галлюциногены, амфетамины). Физиологический



механизм героиновой "ломки". "Флэшбэк" и психоделическая культура. Необратимые последствия употребления наркотиков. Профилактические мероприятия.

Пьянство и здоровье. Действие этанола на организм человека. Роль алкогольдегидрогеназы. Алкоголь и мозг. Алкоголь и дисфункция печени. Физиологические механизмы опьянения. Умение не приобщаться к пагубным привычкам в агрессивных социальных условиях.

2.5 Семейная этика, сексология и сексопатология

Семейная этика, сексология и сексопатология. Анатомио - физиологические основы полового развития. Вегетативное обеспечение мужской и женской сексуальности. Половые гормоны и поведение. Тестостерон и половое влечение. Пролактин и родительское поведение. Влияние стереотипов поведения и морально-нравственного воспитания на половое развитие. Губительная роль порнографии и разврата на половую функцию. Медицинские, социальные и психологические аспекты полового воспитания. Венерические заболевания и их профилактика.

5 ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

5.1 Содержание и формы самостоятельной работы обучающихся в процессе освоения дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам)

Очная форма обучения

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Кол-во часов на СРС	Содержание и формы СРС	КОД формируемой компетенции
РАЗДЕЛ 1. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ				
1.1	Основные понятия и определения дисциплины «Основы медицинских знаний. Культура здоровья»	8	Работа с литературой.	УК-7 УК-8
1.2	Биологические основы здоровья	10	Работа с литературой. Подготовка к семинару	УК-7 УК-8
1.3	Основные группы инфекционных заболеваний	6	Работа с литературой. Подготовка к семинару	УК-7 УК-8
1.4	Понятие о неотложных состояниях	8	Работа с литературой. Подготовка к семинару	УК-7 УК-8
1.5	Понятие о смерти и ее этапах	6	Работа с литературой. Подготовка к семинару	УК-7 УК-8



РАЗДЕЛ 2. КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ				
2.1	Здоровье как человеческая ценность	6	Работа с литературой Подготовка к семинару.	УК-7 УК-8
2.2	Образ жизни и здоровье	6	Работа с литературой. Подготовка к семинару	УК-7 УК-8
2.3	Окружающая среда, личная гигиена и здоровье	8	Работа с литературой. Подготовка к семинару	УК-7 УК-8
2.4	Аутопатогении	6	Работа с литературой. Подготовка к семинару	УК-7 УК-8
2.5	Семейная этика, сексология и сексопатология	8	Работа с литературой. Подготовка к семинару	УК-7 УК-8

Заочная форма обучения

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Кол-во часов на СРС	Содержание и формы СРС	КОД формируемой компетенции
РАЗДЕЛ 1. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ				
1.1	Основные понятия и определения дисциплины «Основы медицинских знаний. Культура здоровья»	10	Работа с литературой. Подготовка к зачету	УК-7 УК-8
1.2	Биологические основы здоровья	10	Работа с литературой. Подготовка к зачету	УК-7 УК-8
1.3	Основные группы инфекционных заболеваний	10	Работа с литературой. Подготовка к зачету	УК-7 УК-8
1.4	Понятие о неотложных состояниях	10	Работа с литературой. Подготовка к зачету	УК-7 УК-8
1.5	Понятие о смерти и ее этапах	10	Работа с литературой. Подготовка к зачету	УК-7 УК-8
РАЗДЕЛ 2. КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ				
2.1	Здоровье как человеческая ценность	2	Работа с литературой. Подготовка к зачету	УК-7 УК-8



2.2	Образ жизни и здоровье	10	Работа с литературой. Подготовка к зачету	УК-7 УК-8
2.3	Окружающая среда, личная гигиена и здоровье	10	Работа с литературой. Подготовка к зачету	УК-7 УК-8
2.4	Аутопатогении	10	Работа с литературой. Подготовка к зачету	УК-7 УК-8
2.5	Семейная этика, сексология и сексопатология	10	Работа с литературой. Подготовка к зачету	УК-7 УК-8

6. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

В соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки реализация компетентного подхода должна предусматривать широкое использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий (деловых и ролевых игр, разбор конкретных ситуаций, психологические и иные тренинги) в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся. В рамках учебных курсов должны быть предусмотрены встречи с представителями российских и зарубежных компаний, государственных и общественных организаций, мастер-классы экспертов и специалистов.

6.1 Методы и средства организации и реализации образовательного процесса:

а) методы и средства, направленные на теоретическую подготовку:

- лекция;
- семинар;
- самостоятельная работа студентов;
- консультация

б) методы и средства, направленные на практическую подготовку:

- мастер-классы преподавателей и приглашенных специалистов;
- академические концерты;
- учебная практика.

При реализации дисциплины применяются следующие виды учебной работы:

Лекция. Используются различные типы лекций: вводную, мотивационную (способствующую проявлению интереса к осваиваемой дисциплине), подготовительную (готовящую студента к более сложному материалу),



интегрирующую (дающую общий теоретический анализ предшествующего материала), установочную (направляющая студентов к источникам информации для дальнейшей самостоятельной работы), междисциплинарную. Содержание и структура лекционного материала направлены на формирование у обучающихся соответствующих компетенций и соотносится с выбранными преподавателем методами контроля.

Семинар – практическое занятие, являющееся дополнением лекционных занятий в рамках изучения дисциплины. Семинары проходят в различных диалогических формах – дискуссии, деловые и ролевые игры, разборы конкретных ситуаций, психологические и иных тренингов, обсуждение результатов написания студенческих работ (курсовых, рефератов, творческих работ и т.д.), вузовских и межвузовских конференций.

Самостоятельная работа обучающихся. Самостоятельная работа представляет собой обязательную часть дисциплины, выражаемую в зачетных единицах и выполняемую обучающимся в соответствии с заданиями преподавателя. Результат самостоятельной работы контролируется преподавателем. Самостоятельная работа может выполняться обучающимся в аудиториях, библиотеке, компьютерных классах, а также в домашних условиях. Самостоятельная работа обучающихся подкрепляется учебно-методическим и информационным обеспечением, включающим учебники, учебно-методические пособия, конспекты лекций, аудио и видео материалами и т.д.

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

- 1) Краткий конспект лекций по дисциплине
- 2) Словарь терминов и персоналий по дисциплине
- 3) Другие элементы

Методические материалы в виде электронных ресурсов находятся в открытом доступе в методическом кабинете деканата.

7. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Фонд контрольных заданий, перечень форм и процедур, предназначенных для определения качества освоения обучающимися учебного материала, а так же методические указания по освоению дисциплины (модуля), описываются в отдельном документе «**Оценочные средства дисциплины**».



8. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

8.1 Основная литература:

http://isi-vuz.ru/Files/%D0%AD%D0%BB%D0%B5%D0%BA%D1%82%D1%80%D0%BE%D0%BD%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D0%BA%D0%B0%D1%82%D0%B0%D0%BB%D0%BE%D0%B3.pdf
<http://www.iprbookshop.ru/>
<https://urait.ru/>
<https://e.lanbook.com/books/>

№ п/п	Авторы /составители	Наименование (заглавие)	Издательство, год
1	Зуева В.А.	История медицины: Учебное пособие	Издательство «Лань». 2021. ЭБС «Лань». https://e.lanbook.com/books/
2.	Мисюк М.Н.	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: Учебник и практикум для вузов	М.: Юрайт. 2021 ЭБС https://urait.ru/
3	Саввина Н.П., Барышева З.В.	Этапы формирования и сохранения здоровья: Учебное пособие	Издательство: Липецкий государственный технический университет. ЭБС АСВ. 2018. ЭБС IPR BOOKS http://www.iprbookshop.ru/

8.2 Дополнительная литература:

№ п/п	Авторы /составители	Наименование (заглавие)	Издательство, год
1	Водяникова И.Н., Ахметшина А.Л., Рагимова Р.И., Шаяхметова А.Б.	Здоровый человек и его окружение: Рабочая тетрадь	Издательство «Лань». 2021. ЭБС «Лань». https://e.lanbook.com/books/
2	Косов Б.Б.	Психология личности (теория, диагностика и развитие): Учебное пособие	Издательство «Лань». 2020. ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/
3	Мисетова Е.Н.	Профилактическая деятельность: Курс лекций	Издательство «Лань». 2020. ЭБС «Лань» https://e.lanbook.com/books/



9. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ "ИНТЕРНЕТ"

9.1 Современные профессиональные базы данных

- Национальная электронная библиотека (НЭБ) <https://xn--90ax2c.xn--p1ai/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <https://uisrussia.msu.ru/>
- <http://www.philosophy.ru/>
- <http://www.psychology-online.net/>
- Российское образование. Федеральный портал. www.edu.ru
- Все для студента. www.twirpx.com/
- Нормативно-правовая база данных. www.kodeks.net
- Аналитика культурологии: электронное научное издание. <http://www.analiculturolog.ru>
- Российская государственная библиотека. rsl.ru

9.2 Информационные справочные системы

- Портал «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» <http://window.edu.ru/window>.
- Справочно-информационный портал Грамота.ру – русский язык для всех. www.gramota.ru
- Энциклопедия культур DEJÀ VU. <http://ec-dejavu.ru/library.html>
- Служба тематических толковых словарей. www.glossary.ru

10. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), ВКЛЮЧАЯ ПЕРЕЧЕНЬ ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ

В процессе лекционных и практических занятий используется следующее программное обеспечение:

- программы, обеспечивающие доступ в сеть Интернет (например, «Googlechrome»);
- программы, демонстрации видео материалов (например, проигрыватель «Windows Media Player»);
- программы для демонстрации и создания презентаций (например, «Microsoft PowerPoint»)