

Приложение 1 к РПД
Б1.Б.16 Основы медицинских
знаний и ЗОЖ
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Направленность (профили) - История. Право.
Форма обучения – очная
Год набора - 2018

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.	Кафедра	Физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности
2.	Направление подготовки	44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
3.	Направленность (профили)	История. Право.
4.	Дисциплина (модуль)	Б1.Б.16 Основы медицинских знаний и ЗОЖ
5.	Форма обучения	очная
6.	Год набора	2018

I. Методические рекомендации

1.1. Методические рекомендации по организации работы студентов во время проведения лекционных занятий (подготовка конспектов занятий)

Приступая к изучению дисциплины, студенту необходимо внимательно ознакомиться с тематическим планом занятий, списком рекомендованной литературы. Самостоятельная работа студента предполагает работу с научной и учебной литературой. Уровень и глубина усвоения дисциплины зависят от активной и систематической работы на лекциях и изучения рекомендованной литературы.

При изучении дисциплины студенты выполняют следующие задания:

- изучают рекомендованную литературу;
- выполняют задания, предусмотренные для самостоятельной работы.

В ходе лекций преподаватель излагает и разъясняет основные, наиболее сложные понятия темы, а также связанные с ней теоретические и практические проблемы, дает рекомендации на практическое занятие и указания на самостоятельную работу.

Качество учебной работы студентов преподаватель оценивает с использованием технологической карты дисциплины, размещенной на сайте МАГУ.

1.2 Методические рекомендации по подготовке к семинарским (практическим) занятиям

Приступая к изучению дисциплины, студенту следует уяснить последовательность выполнения индивидуальных учебных заданий. Самостоятельная работа студента предполагает работу с научной и учебной литературой.

Практические занятия завершают изучение наиболее важных тем учебной дисциплины. Они служат для закрепления изученного материала, развития умений и навыков подготовки докладов, сообщений, приобретения опыта устных публичных выступлений, ведения дискуссии, аргументации и защиты выдвигаемых положений, а

также для контроля преподавателем степени подготовленности студентов по изучаемой дисциплине.

Практическое занятие предполагает свободный обмен мнениями по избранной тематике. Он начинается со вступительного слова преподавателя, формулирующего цель занятия и характеризующего его основную проблематику. Затем, как правило, заслушиваются сообщения студентов. Обсуждение сообщения совмещается с рассмотрением намеченных вопросов. Сообщения, предполагающие анализ публикаций по отдельным вопросам практического занятия, заслушиваются обычно в середине занятия. Поощряется выдвижение и обсуждение альтернативных мнений. В заключительном слове преподаватель подводит итоги обсуждения и объявляет оценки выступавшим студентам. В целях контроля подготовленности студентов и привития им навыков краткого письменного изложения своих мыслей преподаватель в ходе практического занятия может осуществлять текущий контроль знаний в виде тестовых заданий.

При подготовке к практическому занятию студенты имеют возможность воспользоваться консультациями преподавателя. Кроме указанных тем студенты вправе, по согласованию с преподавателем, избирать и другие интересующие их темы.

Качество учебной работы студентов преподаватель оценивает с использованием технологической карты дисциплины, размещенной на сайте МАГУ.

1.3 Методические рекомендации по выполнению практических работ

Все работы оформляются в специальных тетрадях для практических работ. Необходимо указывать: тему; цель работы, содержание работы и последовательность ее выполнения; выводы.

При оценивании работ учитывается: выполнение всех этапов работы, самостоятельность и качество выполнения схем, рисунков; умение анализировать полученные результаты работы.

1.4 Методические рекомендации по подготовке выступления на семинаре

Алгоритм подготовки к выступлению на семинаре:

- 1 этап – определение темы выступления
- 2 этап – определение цели выступления
- 3 этап – подробное раскрытие информации
- 4 этап – формулирование основных тезисов и выводов.

1.5 Методические рекомендации по подготовке к рубежному контролю (тесту)/ вводный тест

При подготовке к тесту необходимо понять логику изложенного материала. Этому немало способствует составление развернутого плана, таблиц и схем. Интернет-тренажеры (<http://www.i-exam.ru>), позволяющие, во-первых, закрепить знания, во-вторых, приобрести соответствующие психологические навыки саморегуляции и самоконтроля, которые повышают эффективность подготовки, способствуют развитию навыков мыслительной работы.

При решении теста необходимо:

- внимательно изучить структуру теста, оценить объем времени, выделяемого на данный тест, увидеть, какого типа задания в нем содержатся;
- начинать отвечать на те вопросы, в правильности решения которых нет сомнений, пока не останавливаясь на тех, которые могут вызвать затруднения;
- внимательно читать задания до конца, не пытаясь понять условия «по первым словам» или выполнив подобные задания в предыдущих тестированиях;
- если Вы не знаете ответа на вопрос или не уверены в правильности, следует пропустить его и отметить, чтобы потом к нему вернуться;

- рассчитывать выполнение заданий нужно всегда так, чтобы осталось время на проверку и доработку.

1.6 Методические рекомендации по созданию презентации

Алгоритм создания презентации:

1 этап – определение цели презентации

2 этап – подробное раскрытие информации,

3 этап – основные тезисы, выводы.

Следует использовать 10-15 слайдов. При этом:

- первый слайд – титульный. Предназначен для размещения названия презентации, имени докладчика и его контактной информации;

- на втором слайде необходимо разместить содержание презентации, а также краткое описание основных вопросов;

- оставшиеся слайды имеют информативный характер.

Обычно подача информации осуществляется по плану: тезис – аргументация – вывод.

Требования к оформлению и представлению презентации:

1. Читательность (видимость из самых дальних уголков помещения и с различных устройств), текст должен быть набран 24-30-ым шрифтом.

2. Тщательно структурированная информация.

3. Наличие коротких и лаконичных заголовков, маркированных и нумерованных списков.

4. Каждому положению (идее) надо отвести отдельный абзац.

5. Главную идею надо выложить в первой строке абзаца.

6. Использовать табличные формы представления информации (диаграммы, схемы) для иллюстрации важнейших фактов, что даст возможность подать материал компактно и наглядно.

7. Графика должна органично дополнять текст.

8. Выступление с презентацией длится не более 10 минут.

1.7 Методические рекомендации по написанию реферата

Перед написанием реферата студенту необходимо ознакомиться с перечнем рекомендуемой литературы (основной и дополнительной), изучить основные источники по теме исследования, приступить к составлению плана.

Далее необходимо законспектировать и проанализировать основные положения работы, затем к изложению основных положений, исходя из анализа и обобщения научно-методических источников, придерживаясь последовательности в изложении материала, в соответствии с планом.

Реферат оформляется в соответствии с основными требованиями МАГУ, отражает существенные ключевые моменты выбранной темы. В структуру реферата целесообразно отнести:

- титульный лист (не нумеруется);
- содержание (включает основные разделы работы и соответствующие им номера страниц);
- введение (включает обоснование актуальности выбранной темы, объект, предмет, цель и задачи исследования);
- основная часть (включает разделы, полностью раскрывающие основные положения выбранной темы);
- заключение (отражает основные (собственные) выводы студента по проведенному исследованию, в соответствии с поставленными задачами и целью);

- список литературы (включает использованные источники при подготовке работы, оформляется в соответствии с ГОСТ Р 7.0.5-2008 или 2003) и составляет 10-15 источников.

Рекомендуемый объем работы от 15 до 20 страниц.

Работа оформляется в текстовом редакторе Microsoft Word, формат листа А4. Поля по 2,5 см со всех сторон. Нумерация страниц выполняется с 3-ей страницы, внизу «от центра». Размер шрифта: основной – TimesNewRoman кегль 14. Абзац (красная строка) – отступ – 1,25 см. Межстрочный интервал – полуторный. Ссылки на источники литературы приводятся в квадратных скобках, например, [1, С. 53].

1.8 Методические рекомендации по подготовке к сдаче экзамена

Основным источником подготовки к экзамену является рекомендуемая литература и конспекты лекций. Следует точно запоминать термины и категории, поскольку в их определениях содержатся признаки, позволяющие уяснить их сущность и отличить эти понятия от других.

Экзамен проводится в письменном виде по тесту с 16 вопросами. Содержание тестов охватывает весь пройденный материал. По окончании ответа преподаватель может задать студенту дополнительные и уточняющие вопросы.

При подготовке к ответу студенту рекомендуется составить план ответа на каждый вопрос. Положительным также будет стремление студента изложить различные точки зрения на рассматриваемую проблему, выразить свое отношение к ней

II. Планы практических занятий

Тема 1. Причины заболеваемости и травматизма. Здоровье. Факторы риска для здоровья. (2 часа)

План:

1. Причины заболеваемости и травматизма
2. Меры по сохранению здоровья.

Литература:

1. Мисюк, М.Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Текст]: учеб. пособие для бакалавров / М.Н. Мисюк. – 2-е изд. испр. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2013. с.309-344

Вопросы для самоконтроля:

1. Основные причины заболеваемости.
2. Основные причины травматизма
3. Меры по сохранению здоровья школьников.
4. Меры по сохранению здоровья людей, работающих в опасных и вредных условиях

Задания для самостоятельной работы:

1. Сформулируйте основные направления деятельности школы по сохранению здоровья детей.
2. Предложите меры по реализации каждого из направлений.

Тема 2. Аддиктивное поведение и его профилактика (2 часа)

План:

1. Профилактика табакокурения
2. Профилактика алкоголизма.
3. Профилактика наркомании.
4. Работа с зависимыми.

Литература:

1. Мисюк, М.Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Текст]: учеб. пособие для бакалавров / М.Н. Мисюк. – 2-е изд. испр. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2013. с.345-388.

Вопросы для самоконтроля:

1. Формирование негативного отношения к аддиктивному поведению.
2. Работа с родителями детей и подростков.
3. Соблюдение правил торговли табачными изделиями и спиртными напитками.
4. Ужесточение наказания за распространение наркотиков.
5. Работа с подростками группы риска по саморазрушающему поведению.
6. Работа с лицами, зависимыми от алкоголя и наркотиков.

Задания для самостоятельной работы:

1. Подготовьтесь к дискуссии на тему «Аддиктивное поведение и его профилактика».

Тема 3. Понятие о микробиологии и эпидемиологии. Меры профилактики инфекционных заболеваний. (2 часа)

План:

1. Общая характеристика инфекционных заболеваний.
2. Основные профилактические мероприятия при ИЗ.
3. Понятие о карантине.
4. Методы стерилизации и дезинфекции.

Литература:

1. Артюнина, Г.П. Основы медицинских знаний: Здоровье, болезнь и образ жизни [Текст]: Учеб. пособие для студ. пед. вузов / Г.П. Артюнина, С.А. Игнатькова; Псковский гос. пед. ун-т – 3-е изд., перераб. - М.: Фонд «Мир», 2006; Академический проект. с.71-96

Вопросы для самоконтроля:

1. Отличительные особенности ИЗ.
2. Уход за инфекционным больным.
3. Методы стерилизации и дезинфекции.

Задания для самостоятельной работы:

1. Составьте схему проведения карантинных мероприятий при возникновении инфекционного заболевания в классе.
2. Разработайте памятку для родителей учеников о профилактике ИЗ.
3. Разработайте памятку о принципах закаливания.

Тема 4. Первая помощь при несчастных случаях и травмах. (16 часов)

Практическое занятие «Первая помощь при ушибе, вывихе и переломе».

План

1. Первая помощь при ушибах.
2. Первая помощь при вывихах.
3. Первая помощь при переломе.

Литература:

1. Мисюк, М.Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Текст]: учеб. пособие для бакалавров / М.Н. Мисюк. – 2-е изд. испр. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2013. с. 239-245
2. Петров, С. В. Первая помощь в экстремальных ситуациях [Текст]: практ. пособие / Петров С. В., Бубнов В. Г. ; МВД России. - М. : Изд-во НЦ ЭНАС, 2004. с.3-25

Вопросы для самоконтроля:

1. Определение понятия «ушиб», признаки ушиба, первая помощь при ушибе.
2. Определение понятия «вывих», признаки вывиха, первая помощь при вывихе.
3. Определение понятия «перелом», относительные и абсолютные признаки перелома, первая помощь при переломах.

Задания для самостоятельной работы:

1. Составьте алгоритм действий при ушибе, растяжении связок, вывихе, переломе.
2. Заполните таблицу:

Вид травмы	Признаки	Первая помощь
ушиб		
вывих		
перелом		

Практическое занятие

«Первая помощь при ранах, кровотечениях, ожогах, обморожениях»

План

- 1.Раны.
- 2.Кровотечения.
- 3.Ожоги.
- 4.Обморожения.

Литература:

1. Мисюк, М.Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Текст]: учеб. пособие для бакалавров / М.Н. Мисюк. – 2-е изд. испр. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2013. с.265 - 270
2. Петров, С. В. Первая помощь в экстремальных ситуациях [Текст]: практ. пособие / Петров С. В., Бубнов В. Г. ; МВД России. - М. : Изд-во НЦ ЭНАС, 2004. с. 26-39

Вопросы для самоконтроля:

- 1.Определение понятия «раны», виды ран, первая помощь при ранах.
- 2.Определение понятия «кровотечение», признаки капиллярного кровотечения, первая помощь при капиллярном кровотечении.
- 3.Признаки венозного кровотечения, первая помощь при венозном кровотечении.
- 4.Признаки артериального кровотечения, первая помощь при артериальном кровотечении.
- 5.Носовое кровотечение, первая помощь.
- 6.Первая помощь при внутреннем кровотечении.
- 7.Определение понятия «ожог», определение степени ожога, определение площади ожога, первая помощь при ожогах.
- 8.Определение понятия «обморожение», определение степени обморожения, первая помощь при обморожениях.

Задания для самостоятельной работы:

1. Составьте алгоритм действий при капиллярном, венозном, артериальном, носовом, внутреннем кровотечении; при ожоге; при обморожении.
2. Заполните таблицу:

Вид кровотечения	Признаки	Первая помощь
капиллярное		
венозное		
артериальное		

Практическое занятие
«Основы реанимационных мероприятий»

План

1. Понятие о клинической и биологической смерти.
2. Последовательность и методика простейших реанимационных мероприятий.

Литература:

1. Петров, С. В. Первая помощь в экстремальных ситуациях [Текст]: практ. пособие / Петров С. В., Бубнов В. Г. ; МВД России. - М. : Изд-во НЦ ЭНАС, 2004. с. 40-83.

Вопросы для самоконтроля:

1. Признаки клинической смерти.
2. Признаки биологической смерти.
3. Методика нанесения прекардиального удара.
4. Методика проведения ЗМС.
5. Методика ИВЛ.
6. Последовательность и сочетание приемов реанимации.

Задания для самостоятельной работы:

1. Составьте алгоритм действий при проведении простейших реанимационных мероприятий.