ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ

**«ЛЕНИНГРАДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**

**ИМЕНИ А.С. ПУШКИНА»**

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебно-методической работе

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.Н. Большаков

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины

**Б1.О.03.01 ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

Направление подготовки **44.03.02 Психолого-педагогическое образование**

Направленность (профиль) **Психология и социальная педагогика**

(год начала подготовки – 2019)

Санкт-Петербург

2020

**1. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Индекс компетенции | Содержание компетенции  (или ее части) | Индикаторы компетенций  (код и содержание) |
|
| **УК-7** | Способен поддерживать  должный уровень  физической подготовленности для обеспечения полноценной  социальной и профессиональной  деятельности | **ИУК 7.1.** Знает: здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма; |
| **ИУК 7.2.** Умеет: планировать свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности; |
| **ИУК 7.3.** Владеет: готовностью соблюдать и пропагандировать нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности. |
| **УК-8** | способен создавать и  поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в  том числе при угрозе и возникновении  чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов | **ИУК 8.1.** Знает: правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения; оказания первой помощи; |
| **ИУК 8.2.** Умеет: выявлять и оценивать риски влияния на жизнедеятельность различных элементов среды обитания (технических средств, технологических процессов, материалов, зданий и сооружений, природных и социальных явлений); |
| **ИУК 8.3.** Владеет:  - готовностью своевременно выявлять проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте;  - готовностью предлагать меры по предотвращению чрезвычайных ситуаций. |
| **ОПК-8** | Способен осуществлять  педагогическую  деятельность на основе  специальных научных знаний | **ИОПК-8.1** Знает: историю, теорию, закономерности и  принципы построения и функционирования образовательных систем, роль и место образования в жизни человека и общества |
| **ИОПК-8.2** Умеет: использовать современные, в том числе интерактивные, формы и методы профилактической, просветительской и коррекционно-развивающей работы в образовательной среде. |
| **ИОПК-8.3** Владеет: методами, формами и средствами обучения и развития, в том числе выходящими за рамки учебных занятий, для осуществления проектной деятельности обучающихся, экскурсионной работы и т.п.;  действиями организации различных видов внеурочной деятельности: игровой, учебно-исследовательской, художественно- продуктивной, культурно-досуговой с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона. |

**2. Место дисциплины в структуре ОП:**

Цель дисциплины: изучение основ здорового образа жизни, формирование мотивации к здоровому образу жизни, создание личностно-ценностного отношения к здоровью и необходимость привития навыков здорового образа жизни учащимся, овладение навыками оказания первой помощи при острых заболеваниях и травмах.

Задачи дисциплины:

* осознание значимости здоровья в иерархии человеческих ценностей и потребностей;
* формирование стиля жизни, обеспечивающего саморазвитие здоровья;
* приобретение медико-гигиенических знаний и практических умений для обеспечения охраны здоровья детей, профилактики заболеваний и привития дошкольникам культуры здоровья.

Место дисциплины: дисциплина относится к обязательным дисциплинам обязательной части программы бакалавриата.

**3. Объем дисциплины и виды учебной работы:**

Общая трудоемкость освоения дисциплины составляет 3 зачетные единицы, 108 академических часов *(1 зачетная единица соответствует 36 академическим часам)*.

Очная форма обучения

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | Трудоемкость в акад.час | |
|  |  | Практическая подготовка |
| **Контактная работа (аудиторные занятия) (всего):** | 50 | |
| в том числе: |  | |
| Лекции | 16 | - |
| Лабораторные работы / Практические занятия (в т.ч. зачет) | -/34 | - |
| **Самостоятельная работа (всего)** | 58 | |
| **Вид промежуточной аттестации (экзамен):** | - | |
| контактная работа | - | |
| самостоятельная работа по подготовке к экзамену | - | |
| **Общая трудоемкость дисциплины (в час. /з.е.)** | 108/3 | |

Заочная форма обучения

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | Трудоемкость в акад.час | |
|  |  | Практическая подготовка |
| **Контактная работа (аудиторные занятия) (всего):** | 8 | |
| в том числе: |  | |
| Лекции | 4 | - |
| Лабораторные работы/ Практические занятия | -/4 | - |
| **Самостоятельная работа (всего)** | 96 | - |
| **Вид промежуточной аттестации (зачет):** | 4 | - |
| контактная работа | 0,25 | - |
| самостоятельная работа по подготовке к зачету | 3,75 | - |
| **Вид промежуточной аттестации (экзамен):** | - | |
| контактная работа | - | |
| самостоятельная работа по подготовке к экзамену | - | |
| **Общая трудоемкость дисциплины (в час. /з.е.)** | 108/3 | |

**4. Содержание дисциплины:**

При проведении учебных занятий обеспечивается развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств (включая при необходимости проведение интерактивных лекций, групповых дискуссий, ролевых игр, тренингов, анализ ситуаций и имитационных моделей, составленных на основе результатов научных исследований, проводимых организацией, в том числе с учетом региональных особенностей профессиональной деятельности выпускников и потребностей работодателей).

**4.1. Блоки (разделы) дисциплины.**

|  |  |
| --- | --- |
| № | Наименование блока (раздела) дисциплины |
| 1 | Введение в дисциплину |
| 2 | Здоровый образ жизни |
| 3 | Первая медицинская помощь при травмах и несчастных случаях. |
| 4 | Инфекционные болезни, их профилактика и меры борьбы с ними |
| 5 | Уход за пораженными и больными, выполнение процедур в лечебных учреждениях |

**4.2. Примерная тематика курсовых работ (проектов):**

Курсовая работа по дисциплине не предусмотрена учебным планом.

**4.3. Перечень занятий, проводимых в активной и интерактивной формах, обеспечивающих развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств. Практическая подготовка**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование блока (раздела) дисциплины** | **Занятия, проводимые в активной и интерактивной формах** | | **Практическая подготовка** |
| **Форма проведения занятия** | **Наименование видов занятий** |
| 1. | Введение | Лекционное занятие | Проблемная лекция |  |
| Практическое занятие | Выполнение практического задания |  |
| 2. | Здоровый образ жизни | Лекционное занятие | Лекция-визуализация |  |
| Практическое занятие | Тематическая дискуссия, мозговой штурм |  |
| 3 | Первая медицинская помощь при травмах и несчастных случаях | Лекционное занятие | Лекция-визуализация |  |
| Практическое занятие | Выполнение практического задания,  защита рефератов | Кейс-метод |
| 4 | Инфекционные болезни, их профилактика и меры борьбы с ними | Лекционное занятие | Лекция-визуализация,  проблемная лекция |  |
| Практическое занятие | Ролевая игра,  защита рефератов |  |
| 5 | Уход за пораженными и больными, выполнение процедур в лечебных учреждениях | Лекционное занятие | Лекция-визуализация, проблемная лекция |  |
| Практическое занятие | Выполнение практического задания,  защита рефератов | Кейс-метод |

**5. Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине:**

**5.1. Темы для творческой самостоятельной работы обучающегося**

**5.2 Темы рефератов**

1. Особенности оздоровительной работы на Кольском Севере.

2. Школьные формы патологии (нарушения зрения, нарушения осанки, неврозы) и их профилактика.

3. Стресс и дистресс.

4. Проблемы репродуктивного здоровья.

5. Болезни цивилизации.

6. Проблема подросткового пивного алкоголизма.

7. Токсикомания.

8. Мифы и реальность в отношении наркозависимости.

9. Нехимические виды зависимостей.

10. Распространенность инфекционных заболеваний в настоящее время.

11. Детские инфекции.

12. Особо опасные инфекции.

13. Инфекционные заболевания, передающиеся половым путем.

14. Туберкулез как социальная болезнь.

15. Характеристика детского травматизма.

16. Профилактика детского травматизма в семье и школе.

17. Профилактика дорожного травматизма.

18. Предупреждение травматизма в школе.

19. Безопасность детей во время прогулок и экскурсий.

20. Судорожный синдром.

21. Электротравма.

**6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости**

**6.1. Текущий контроль**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №  п/п | № и наименование блока (раздела) дисциплины | Форма текущего контроля |
| 1. | Разделы 1-5 | Тестовые задания |

**7. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование | Авторы | Место издания | Год издания | Наличие | |
| Печатные издания | в ЭБС, адрес в сети Интернет |
| 1. | Основы медицинских знаний и здорового образа жизни учебник | Вайнер, Э. Н. | М. : Кнорус | 2019 | + | <http://biblioclub.ru> |
| 2. | Основы медицинских знаний (анатомия, физиология, гигиена человека и оказание помощи при неотложных состояниях): учебное пособие | под ред. И.В. Гайворонского | СПб. : СпецЛит | 2009 | + | <http://biblioclub.ru> |
| 3. | Основы медицинских знаний: учеб.пособ.. | Лытаев, С.А. Пуговкин А.П. | М. : Академия | 2011 | + | <http://biblioclub.ru> |
| 4. | Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебное пособие | Рубанович, В. Б., Айзман, Р. И., Суботялов М. А. | Новосибирск: Сибирское университетское издательство | 2010 | + | <https://biblioclub.ru/> |
| 5. | Здоровый образ жизни как один из аспектов безопасности жизнедеятельности: учебное пособие | Чуприна, Е. В., Закирова, М. Н. | Самара: Самарский государственный архитектурно-строительный университет | 2013 | + | <https://biblioclub.ru/> |

**8. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:**

1. «НЭБ». Национальная электронная библиотека. – Режим доступа: [http://нэб.рф/](http://www.biblioclub.ru/)

2. «eLibrary». Научная электронная библиотека. – Режим доступа: [https://elibrary.ru](https://elibrary.ru/)

3. «КиберЛенинка». Научная электронная библиотека. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/>

4. ЭБС «Университетская библиотека онлайн». – Режим доступа: [http://www.biblioclub.ru/](http://www.knigafund.ru/)

5. Российская государственная библиотека. – Режим доступа: <http://www.rsl.ru/>

**9. ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ:**

В ходе осуществления образовательного процесса используются следующие информационные технологии:

- средства визуального отображения и представления информации (LibreOffice) для создания визуальных презентаций как преподавателем (при проведении занятий) так и обучаемым при подготовке докладов для семинарского занятия.

- средства телекоммуникационного общения (электронная почта и т.п.) преподавателя и обучаемого.

- использование обучаемым возможностей информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» при осуществлении самостоятельной работы.

**9.1. Требования к программному обеспечению учебного процесса**

Для успешного освоения дисциплины, обучающийся использует следующие программные средства:

* Windows 10 x64
* MicrosoftOffice 2016
* LibreOffice
* Firefox
* GIMP

**9.2. Информационно-справочные системы (при необходимости):**

Не используются

**10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Для проведения занятий лекционного типа предлагаются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий.

Для изучения дисциплины используется следующее оборудование: аудитория, укомплектованная мебелью для обучающихся и преподавателя, доской, ПК с выходом в интернет, мультимедийным проектором и экраном.

Для самостоятельной работы обучающихся используется аудитория, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами (ПК с выходом в интернет и обеспечением доступа в электронно-информационно-образовательную среду организации).