

Рабочая программа дисциплины ОП.08

Безопасность жизнедеятельности

**для специальностей: 53.02.03 «Инструментальное исполнительство»
(по видам инструментов)
53.02.04 «Вокальное искусство»
53.02.05 «Сольное и хоровое народное пение»
53.02.06 «Хоровое дирижирование»
53.02.07 «Теория музыки»
(углублённой подготовки)**

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) среднего профессионального образования (далее СПО) по специальностям (углубленной подготовки):
53.02.03 «Инструментальное исполнительство» (по видам инструментов);
53.02.04 «Вокальное искусство»;
53.02.05 «Сольное и хоровое народное пение»
53.02.06 «Хоровое дирижирование»;
53.02.07 «Теория музыки».

Разработчик:

преподаватель ГБПОУ «Арзамасский музыкальный колледж» **Кузнецов П.А, Болотова Н.И.**

Содержание

1. Цель и задачи дисциплины.
2. Требования к уровню освоения содержания дисциплины.
3. Объем дисциплины, виды учебной работы и отчетности.
4. Содержание дисциплины и требования к формам и содержанию текущего, промежуточного, итогового контроля (программный минимум, зачетно-экзаменационные требования).
5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.
6. Материально-техническое обеспечение дисциплины.
7. Методические рекомендации преподавателям.
8. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы студентов.
9. Перечень основной учебной литературы.

1. Цель и задачи дисциплины

Рабочая программа дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта третьего поколения по специальностям среднего профессионального образования (углублённой подготовки):

Цель дисциплины:

- повышение уровня защищенности жизненно-важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз;
- формирование у студентов системы знаний и практических навыков по оказанию первой доврачебной помощи при неотложных состояниях, выработка умений по обеспечению, сохранению здоровья обучающихся и профилактике различных заболеваний;
- обеспечение профилактики ассоциального поведения учащихся.

Задачи дисциплины:

- информирование о защите человека в техносфере от негативных воздействий антропогенного и естественного происхождения и достижения комфортных условий жизнедеятельности;
- развитие личностных, в том числе духовных и физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз. освоение знаний о факторах, оказывающих неблагоприятное влияние на здоровье человека; о здоровом образе жизни, о способах и правилах оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях;
- формирование готовности к служению Отечеству и его защите.
- овладение умениями оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим в различных бытовых ситуациях.
- формирование готовности к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности

2. Требования к уровню освоения содержания дисциплины

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- информацию о человеческом организме и его здоровье;
- нормы физиологических показателей;
- причины и признаки нарушения здоровья;
- способы профилактики нарушений;
- правила и способы оказания первой медицинской помощи.

уметь:

- применять на практике приемы здорового образа жизни;
- определять основные физиологические показатели;
- распознавать опасные для здоровья ситуации;
- применять приемы оказания первой медицинской помощи.

владеть:

- навыками оказывать первую медицинскую помощь (до прихода медицинского работника школы или работника скорой медицинской помощи) себе и окружающим во время проведения урока и в чрезвычайных ситуациях.

3. Объём дисциплины, виды учебной работы и отчётности

Учебная дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» реализуется в форме аудиторных групповых занятий. Срок освоения дисциплины 5-7 семестры обучения. Обязательная учебная нагрузка студента - 68 часов, самостоятельная работа студента - 34 часа, максимальная учебная нагрузка студента составляет 102 часа. В конце 5,6 семестров проводятся итоговые уроки, в 7 семестре – дифференцированный зачёт.

Основные формы работы: лекционная, тестирование, письменные опросы (блиц-опрос, опрос по теме), самостоятельная работа с учебной и справочной литературой (конспект, подготовка к ответу на уроке), доклады студентов, подготовленные под руководством педагога, освоение практических навыков.

4.Содержание учебной дисциплины и требования к формам и содержанию текущего, промежуточного и итогового контроля (программный минимум, зачетно-экзаменационные требования)

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	
Введение.		3	
	Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения дисциплины, определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность». Научно-технический прогресс и среда обитания современного человека.	1	1
Раздел 1. Безопасность жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях.		26 <i>17/9</i>	
Тема 1.1. Чрезвычайные ситуации мирного времени.	Содержание учебного материала	12	
	1 Понятие и общая классификация чрезвычайных ситуаций. Чрезвычайные ситуации природного происхождения. Ч.С Геологического характера. Ч.С. Метеорологического характера. Природные пожары. Космические Ч.С. Ч.С.ситуации техногенного происхождения. Аварии на радиационных объектах. Аварии на химически опасных объектах. Аварии на транспорте. Аварии на гидротехнических сооружениях. Аварии на пожаро- и взрывоопасных объектах. Ч.С.ситуации социального происхождения. Защита и жизнеобеспечение населения в условиях ч.с.	11	1
	Практические занятия:	1	
	1. № 1 Отработка приёмов пользования первичными средствами пожаротушения.	1	2
	Самостоятельная работа обучающихся:	8	3
	1. Работа с информационными источниками: Федеральный закон от 21 декабря 1994 №68 ФЗ «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного	4	

	характера»		
	2. Работа с информационными источниками: Федеральный закон от 12.02.1998 N 28-ФЗ "О гражданской обороне"	4	
Тема 1.2. Чрезвычайные ситуации военного времени.	Содержание учебного материала	5	
	1 Характеристика ядерного оружия и действие населения в очаге ядерного поражения. Ударная волна. Световое излучение. Проникающая радиация. Радиоактивное заражение. Электромагнитный импульс.	2	1
		1	
	Практические занятия:	2	
	«Выполнение норматива «Газы!»	1	2-3
	«Выполнение норматива «Плащ в рукава, чулки, перчатки надеть - Газы!»	1	2-3
	Самостоятельная работа обучающихся:	1	
Выявление основных источников чрезвычайных ситуаций военного характера – современные средства поражения.	1	2-3	
	Обоснование опасности поражающих факторов ядерного оружия.		2-3
Раздел 2. Основы военной службы и обороны государства	Для юношей	25/16	
Тема 2.1. Национальная безопасность Российской Федерации	Содержание учебного материала	1	
	1 Национальная безопасность Российской Федерации.		1
	Самостоятельная работа обучающихся:	-	
Тема 2.2. Основы обороны государства	Содержание учебного материала	2	
	1 Основы обороны государства. Вооруженные силы. Предназначение, история и структура.		1
	Самостоятельная работа обучающихся:	3	2-3
	9-14. Подготовка сообщений по темам: Виды вооружения и военной техники ВС РФ. (Сухопутных войск, Воздушно-Космических сил, Военно-Морского флота, РВСН, ВДВ, другие войска не входящие в состав МО РФ)	3	
Тема 2.3. Вооруженные	Содержание учебного материала	5	1-3

Силы Российской Федерации.	1	Ракетные войска стратегического назначения. Сухопутные войска. Военно-Воздушные силы. Военно –Морской флот. Специальные войска. Тыл вооруженных сил. Вооружение и боевая техника Российской армии.		<i>1</i>
	Самостоятельная работа обучающихся:		2	
	Изучение основных видов вооружения.		2	2-3
Тема 2.4. Порядок прохождения военной службы.	Содержание учебного материала		5	1
	1	Порядок прохождения военной службы. Назначения на воинские должности. Требования воинской деятельности к индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Основные профессионально важные качества военнослужащих, необходимые для прохождения военной службы. Устав внутренней службы. Дисциплинарный устав. Устав гарнизонной и караульной службы.		
	Самостоятельная работа обучающихся		3	2-3
	Изучение основных профессионально важных качеств военнослужащих видов Вооружённых Сил и родов войск.		2	
	Изучение психологической классификации воинских должностей родственных гражданским специальностям и должностям.		1	
Тема 2.5. Боевые традиции и символы воинской чести.	Содержание учебного материала		3	1
	1	Боевое знамя части. Ордена и почетные награды.	1	
	Практические занятия.			2-3
	Неполная разборка и сборка автомата А.К. -74 Выполнение практических стрельб из электронного оружия.		1 1	
	Самостоятельная работа обучающихся		1	2-3
Изучение основных профессионально важных качеств военнослужащих видов Вооружённых Сил и родов войск.		1		
Раздел 3.	Устойчивость объектов экономики.		12/8	

Тема1.3 Устойчивость производств в условиях чрезвычайных ситуаций.	Содержание учебного материала		8	
	1	Назначение и задачи Г.О. Понятие устойчивости работы объектов экономики. Факторы, определяющие устойчивость работы объектов. Пути и способы повышения устойчивости работы объектов.		1
	Практические занятия:		-	
	Самостоятельная работа обучающихся:		4	
	Выявление основных источников чрезвычайных ситуаций военного характера – современные средства поражения.		2	2-3
	Обоснование опасности поражающих факторов химического оружия.		2	2-3
Раздел 4.	Медицинская помощь.		36/24	
Тема4.1 Оказание первой помощи при травмах и переломах.	Содержание учебного материала		3	
	1	Первая медицинская помощь при Ч.С. Травмы: закрытые, открытые. Раны и их виды. Обработка ран. Асептика и антисептика. Кровотечение. Способы временной остановки кровотечения. Виды повязок и правила их наложения. Правила наложения жгута. Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата.	2	1
	Практические занятия		1	
	Этапы и методика проведения первичной обработки ран. Техника наложения косыночных повязок на различные части тела. Техника наложения жгута или жгута-закрутки.		1	2-3
	Самостоятельная работа обучающихся		2	
	1. Способы обработки ран. 2. Способы остановки кровотечений. 3. Техника наложения косыночных повязок. 4. Техника наложения транспортной иммобилизации с использованием подручных средств.		1	2-3
			1	
Тема4.2 Оказание первой	Содержание учебного материала		24/16	

помощи при отморожении, ожогах, тепловом и солнечном ударах, при поражении электрическим током. Утоплении.	1	Помощь при синдроме длительного сдавливания. Отравление парами и газами. Алкоголем. Отравление грибами. Змеиным ядом. Укусы пчел и ос. Отравление кислотой и щелочью. Помощь при шоке. Отравлении пестицидами.	5	1
	2	Первая помощь при ожогах. Первая помощь при отморожении. Первая помощь при тепловом и солнечном ударах. Первая помощь при электротравмах.	3	1
	Практические занятия		8	2-3
	1. Оказание первой помощи при синдроме длительного сдавливания.		1	
	2. Оказание первой помощи при отравлении парами и газами.		1	
	3. Оказание первой помощи при отравлении грибами.		1	
	4. Оказание первой помощи при отравлении кислотой.		1	
	5. Первая помощь при шоке, отравлении пестицидами.		1	
	6. Первая помощь при ожогах.		1	
	7. Первая помощь при отморожении.		1	
8. Первая помощь при тепловом и солнечном ударах.		1		
Самостоятельная работа обучающихся		8		
Подготовка сообщения по теме: «Причины, способствующие отморожению, меры профилактики отморожений».		2	2-3	
Подготовка сообщения по теме «Ожоги, их виды, степени, меры профилактики ожогов».		2		
Подготовка сообщения по теме «Причины, способствующие тепловому , солнечному удару. Меры профилактики тепловых, солнечных ударов».		2	2-3	
Подготовка сообщения по теме «Причины поражения электрическим током, последовательность действий при оказании первой помощи пострадавшему».		2	2-3	
Тема4.3	Содержание учебного материала	6/4		
Искусственное дыхание и	Оказание первой медицинской помощи при остановке сердца и дыхания.	1	1	

закрытый массаж сердца.	Практические занятия	<i>1</i>	
	Проведение искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.	<i>1</i>	<i>2-3</i>
	Самостоятельная работа учащихся	<i>2</i>	
	Подготовка сообщения по теме «Санитарная обработка, ее виды и последовательность ее проведения».	<i>2</i>	<i>2-3</i>
Тема4.4Факторы риска.	Факторы риска. Дифференцированный зачет.	<i>2</i> <i>1</i> <i>1</i>	<i>1,2,3</i>
Итого		<i>102/68</i>	

РАЗДЕЛ II. Для девушек Основы медицинских знаний и здорового образа жизни		48/ 36			
Тема 1. Здоровый образ жизни забота человека и общества	Содержание учебного материала:	12	1		
	Основные понятия здоровья Нормы здоровья Понятие индивидуального здоровья Взаимосвязь здоровья и болезни Причины низкого уровня здоровья Показатели популяционного здоровья Факторы , формирующие здоровье. Основные методы оздоровления и укрепления здоровья Взаимосвязь понятий «здоровье» и «образ жизни». Влияние режима дня на здоровье. Влияние злоупотребления психоактивных веществ на организм человека				
	Контрольные работы Сохранение и укрепление здоровья Здоровье. Компоненты здорового образа жизни; Влияние вредных привычек на здоровье человека.			2	2
	Дифференцированный зачет			2	3
	Самостоятельная работа обучающихся: Сохранение и укрепление здоровья – важная забота каждого человека и общества.			8	
Тема 2. Эпидемиология, микробиология. Основные противоэпидемические мероприятия	Содержание учебного материала:	9	2		
	Основные понятия эпидемиологии и микробиологии Основные понятия иммунологии Основные группы инфекционных заболеваний Острые респираторные заболевания Основные противоэпидемические мероприятия				
	Контрольная работа: Основные противоэпидемические мероприятия			1	
	Самостоятельная работа обучающихся: Изучение дополнительной литературы по теме, подготовка сообщений и презентаций			5	

Тема 3. Неотложные состояния	Содержание учебного материала: Неотложные состояния при заболеваниях сердечно-сосудистой системы Неотложные состояния при заболеваниях дыхательной системы Неотложные состояния при заболеваниях желудочно-кишечного тракта Неотложные состояния при заболеваниях эндокринной системы	6	2
	Контрольная работа: Основные принципы оказания первой неотложной помощи	2	
	Самостоятельная работа обучающихся: Чтение лекций, изучение дополнительной литературы	4	
Тема 4 Понятие о реанимации. Раны, ушибы, ожоги, переломы. Кровотечения, способы остановки.	Содержание учебного материала: Понятие о реанимации. Раны. Классификация. Первая помощь Закрытые повреждения. Ушибы. Первая помощь.	4	2
	Практические занятия: Основные этапы реанимации Правила проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца	2	
	Контрольная работа: Искусственный массаж сердца Сердечно – легочная реанимация	2	
	Самостоятельная работа обучающихся: Чтение лекций, изучение дополнительной литературы, подготовка рефератов	4	
Тема 5 Травматический шок. Первая медицинская помощь	Содержание учебного материала Травматический шок. Первая помощь. Термические повреждения. Первая помощь.	4	
	Дифференцированный зачет.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся: Повторение пройденного материала, подготовка к зачету	3	

Раздел 5.	Учебные сборы	35	
Тема 1. Тактическая подготовка.	Содержание учебного материала	4	1-3
	Практические занятия	4	1-3
	1. Обязанности наблюдателя. Выбор места наблюдения, его занятие, оборудование и маскировка, оснащение наблюдательного поста.	1	1-3
	2. Движение солдата в бою. Передвижение на поле боя.	2	1-3
	3. Передвижение на поле боя. Выбор места и скрытное расположение на нём для наблюдения и ведения огня.	1	1-3
Тема 2. Огневая подготовка.	Содержание учебного материала	9	1-3
	Практические занятия:	9	1-3
	1. Назначение, боевые свойства и устройство автомата АК – 74.	1	1-3
	2. Работа частей и механизмов автомата при зарядании и стрельбе. Уход за стрелковым оружием, хранение и сбережение.	1	1-3
	3. Неполная разборка и сборка автомата.	2	1-3
	4. Требования безопасности при проведении занятий по огневой подготовке. Правила стрельбы из стрелкового оружия. Выполнение команды «К бою», изготовка для стрельбы лежа. Подача команд старшим на огневом рубеже, доклад стреляющих. Проверка оружия на разряженность после стрельбы.	1	1-3
	5. Выполнение практических стрельб из пневматической винтовки.	3	1-3
Тема 3. Радиационная, химическая и биологическая защита.	Содержание учебного материала.	2	
	Практические занятия:	2	1-3
	1. Средства индивидуальной защиты и пользование ими.	1	1-3
	2. Способы действия личного состава в условиях радиационного, химического и биологического заражения. Проведение частичной санитарной обработки.	1	1-3
Тема 4. Общевоинские уставы.	Содержание учебного материала.	8	1-3
	Практические занятия:	8	1-3

	1. Обязанности лиц суточного наряда. Назначение суточного наряда, его состав и вооружение. Подчинённость и обязанности дневального по роте.	1	1-3
	2. Несение караульной службы - выполнение боевой задачи, состав караула. Часовой и караульный. Обязанности часового.	1	1-3
	3. Военная дисциплина. Военнослужащие и взаимоотношения между ними. Поощрения и дисциплинарные взыскания. Права военнослужащего. Дисциплинарная, административная и уголовная ответственность военнослужащих	1	1-3
	4. Размещение военнослужащих. Распределение времени и внутренний порядок. Распорядок дня и регламент служебного времени.	1	1-3
	5. Комната для хранения оружия, её оборудование. Порядок хранения оружия и боеприпасов. Допуск личного состава в комнату для хранения оружия. Порядок выдачи (приёма) оружия дежурным по роте.	1	1-3
	6. Пост, его оборудование. Порядок заряжания и разряжения оружия, принятие караульным и сдача поста часовым. Команды подаваемые часовым при несении службы по охране и обороне поста.	1	1-3
	7. Несение службы часовым на посту, порядок применения им оружия.	1	1-3
	8. Проверка теоретических и практических знаний общевоинских уставов.	1	1-3
Тема 5. Строевая подготовка.	Содержание учебного материала.	4	1-3
	Практические занятия:	4	1-3
	1. Строевые приёмы и движение без оружия. Выполнение команд: «Становись», «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Отставить», «Головные уборы снять (одеть)». Повороты на месте. Движение строевым шагом.	1	1-3
	2. Построения, перестроения, повороты на месте, перемена направления движения. Выполнение воинского приветствия в строю и в движении.	1	1-3
	3. Движение строевым шагом, выход из строя, повороты на месте, подход к начальнику, доклад начальнику, возвращение обучающегося в строй.	1	1-3
	4. Строи подразделений в пешем порядке. Развёрнутый и походный строй отделения, взвода.	1	1-3
Тема 6. Физическая	Содержание учебного материала.	5	1-3

подготовка.	Практические занятия:	<i>5</i>	<i>1-3</i>
	1. Тренировка в беге на длинные дистанции (кросс на 3 -5 км)	<i>1</i>	<i>1-3</i>
	2. Разучивание и совершенствование физических упражнений, выполняемых на утренней физической зарядке.	<i>1</i>	<i>1-3</i>
	3. Совершенствование и контроль упражнения в беге на 100 метров.	<i>1</i>	<i>1-3</i>
	4. Совершенствование упражнений на гимнастических снарядах и контроль в подтягивании на перекладине. Совершенствование и контроль упражнения в беге на 1 км.	<i>1</i>	<i>1-3</i>
	5. Выполнение нормативов по физической подготовке.	<i>1</i>	<i>1-3</i>
Тема 7. Военно - медицинская подготовка.	Содержание учебного материала.	<i>2</i>	<i>1-3</i>
	Практические занятия:	<i>2</i>	<i>1-3</i>
	1. Основы сохранения здоровья военнослужащих.	<i>1</i>	<i>1-3</i>
	2. Оказание первой помощи. Неотложные реанимационные мероприятия.	<i>1</i>	<i>1-3</i>
Тема 8. Основные мероприятия по обеспечению безопасности военной службы.	Содержание учебного материала.	<i>1</i>	<i>1-3</i>
	Практические занятия:	<i>1</i>	<i>1-3</i>
	1. Основные мероприятия по обеспечению безопасности военной службы.	<i>1</i>	<i>1-3</i>

Требования к зачёту: ответить на два теоретических вопроса по пройденному материалу:

Примерный список вопросов к зачёту:

1. Определение понятия «здоровье».
2. Возрастная периодизация и ее значение в охране здоровья.
3. Факторы обучения неблагоприятно влияющие на здоровье школьника.
4. Гигиенические требования к обучению детей.
5. Определение понятия «индивидуальное здоровье».
6. Группы здоровья.
7. Основные клинические проявления наркомании. Заболеваемость и смертность. Виды наркомании.
8. Общая характеристика токсикоманий. Виды токсикоманий. Диагностика токсикоманий.
9. Табакозависимость и ее формы.
10. Инфекционные болезни в современном обществе.
11. Механизм развития инфекционных заболеваний, их классификация.
12. Понятия об эпидемическом процессе, его формы.
13. Очаги инфекции. Изоляция источника инфекции. Карантин.
14. Вакцины и сыворотки. Показания и противопоказания к прививкам. Проблема качества вакцин и организации прививок.
15. Основные группы инфекционных заболеваний.
16. Грипп. Разновидности.
17. Туберкулез. Причины роста заболеваемости. Различные формы клинических проявлений.
18. Основные противоэпидемические мероприятия.
19. Мероприятия по пресечению распространения инфекции.
20. Дезинфекция. Дезинсекция. Дератизация.
21. Профилактика инфекционных заболеваний в школе.
22. Ранние признаки инфаркта миокарда.
23. Доврачебная медицинская помощь при стенокардии, гипертоническом кризе, инфаркте миокарда.
24. Бронхиальная астма, ложный круп, пневмония.
25. Доврачебная помощь при заболеваниях органов дыхания.
26. Желчнокаменная болезнь. Оказание ПМП при печеночной колике.
27. Сахарный диабет. Признаки. Виды диабета. Диагностика.
28. Гипо и гипергликемическая кома. Диагностика. Оказание ПМП при комах.
29. Раневая инфекция. Общие принципы лечения инфицированных ран.
30. Кровотечения и кровопотеря. Классификация кровотечений.
31. Черепно-мозговые травмы. Сотрясение, ушиб, сдавление головного мозга. Признаки. Оказание первой доврачебной помощи.
32. Понятие о защитных реакциях при шоке.
33. Стадии травматического шока (эректильная и торпидная), их внешние проявления.
34. Схема оказания первой медицинской помощи при травматическом Ожоги. Степени ожогов. Оказание ПМП при ожогах.

5. Учебно-методическое обеспечение дисциплины

В соответствии с требованиями к учебно-методическому обеспечению учебного процесса дисциплина «Безопасность жизнедеятельности (основы медицинских знаний)» обеспечивается следующими ресурсами:

- Учебно-методическая документация: учебный график, учебный план, рабочая программа, методические разработки, индивидуальные планы, классные журналы преподавателей, другие документы, связанные с учебным процессом;

6. Материально-техническое обеспечение дисциплины

В соответствии с Требованиями к материально-техническому обеспечению учебного процесса материальный ресурс дисциплины представляет:

• учебный класс для групповых занятий, оборудованный специализированной учебной мебелью: столы ученические, стулья ученические, стол преподавателя, стул преподавателя, доска аудиторная.

- ноутбук;
- плакаты по основным разделам программы (печатный формат);
- учебные фильмы;
- аптечка для оказания первой медицинской помощи, включающая жгут кровоостанавливающий, изделие для сердечно – легочной реанимации, шина для фиксирования конечностей, бинты.

- противогазы
- учебные аудитории и Читальный зал для самостоятельных занятий;
- необходимые учебники.

Используется комплекс для лазерных стрельб по мишеням «РУБИН» ИЛТ - 001 «Патриот», лазерная винтовка ЛТ- 512(к) ФОК.

Для проведения учебных сборов юношей используется оборудование стадиона широкого профиля с элементами полосы препятствий, а также комплекс для лазерных стрельб по мишеням «РУБИН» ИЛТ -001 «Патриот», лазерная винтовка ЛТ- 512(к) ФОК.

7. Методические рекомендации преподавателям

Актуальность проблемы обучения будущих педагогов основам медицинских знаний и ЗОЖ продиктована значительным снижением уровня здоровья в России не только взрослого, но и детского населения. Только сознательное отношение к своему здоровью и воспитание ответственности за него может вывести Россию из сложившегося тупика. Глубинной основой мотивации всех сторон жизнедеятельности человека является стремление к достижению удовольствия, удовлетворения — пищевого, физического, сексуального, эстетического, творческого, морального и т. д.

В процессе воспитания и обучения формируются привычные пути достижения удовлетворения. Мы любим то, к чему привыкли, не задумываясь на первых порах о том, какое влияние на состояние здоровья могут оказать усвоенные привычки и навыки, особенно если это влияние опосредовано или отсрочено. Прочно усвоенные навыки становятся привычкой, «второй натурой» и в определенный момент перестают контролироваться сознанием, переходят в подсознание. Человек уже не задумывается, не выбирает, как ему поступить. Усвоенные навыки делают его поведение автоматическим. Первичные корни добра и зла начинают формироваться с раннего детства именно в семейно- бытовых условиях на подражательной основе. Приобретенные навыки отрицательного свойства достаточно долго компенсируются в молодом возрасте запасом здоровья. И наиболее часто к здоровью начинают поворачиваться лицом лишь в позднем возрасте, в значительной степени потеряв его, став больным. Поэтому стратегической задачей является обеспечение детей здоровыми навыками и условиями именно в семейной и образовательной среде силами педагогических и медицинских работников.

В образовательной среде навыки наращиваются и по возможности корректируются. В этом плане воспитывать — значит вооружать воспитуемого способами удовлетворения потребностей, которые наиболее благоприятны для здоровья, устойчивы в конкуренции мотивов и вызывают положительные эмоции. Поскольку здоровье есть функция воспитания, а не лечения, то основным средством обучения здоровью является педагогика. Помимо семьи эту проблему решают воспитатели и преподаватели.

Главная цель дисциплины «Основы медицинских знаний» и данного учебного пособия — выработать у будущих педагогов сознательное отношение к своему здоровью и воспитать ответственность за свое здоровье и здоровье учащихся.

Задачи: 1. Формирование знаний и практических умений у студентов оценки количества и качества здоровья человека.

2. Ознакомление студентов с организационными формами отечественного здравоохранения и медицинского обслуживания школьников.

3. Формирование представления о наиболее распространенных инфекционных болезнях и возможностях их предупреждения.

4. Ознакомление с наиболее часто встречающимися неотложными состояниями и привитие практических навыков оказания доврачебной помощи.

5. Формирование системы знаний о влиянии наследственных и экологических факторов на здоровье человека.

6. Развитие положительной мотивации сохранения и укрепления собственного здоровья студентами через овладение принципами здорового образа жизни.

8. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы студентов

Самостоятельная работа студента предполагает изучение части тем, подготовку докладов, сообщений, выполнение творческих работ по курсу «Основы медицинских знаний». Помимо этого, студентами самостоятельно рассматриваются предлагаемые преподавателем вопросы к активным семинарам, инновационным видам практических занятий, разрабатываются сценарии дискуссий и альтернативных выступлений. Данные виды учебной деятельности формируют у студентов умение работать с учебной, валеологической, медицинской литературой, требуют отражения личного отношения к поставленному вопросу, высказываний собственных убеждений, проявления инициативы.

9. Перечень используемых учебных изданий, интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основная учебная литература

Арустамов Э.А. Безопасности жизнедеятельности (15-е издание), 2016 Профессиональное образование, М.: «Академия», ЭБС «Академия».

Рекомендуемая литература

<http://www.academia-moscow.ru/> ЭБС «Академия». Основы медицинских знаний: учебное пособие / Т.В. Волокитина, Г.Г. Бральнина, Н.И. Никитинская / – 2-е изд.– М.: Академия ИЦ, 2010, 161 с.

Марков В.В. Основы здорового образа жизни и профилактика болезней. Методическое пособие для студентов. М., 2000.

Основы медицинских знаний: учебное пособие - Новосибирск - Москва: Арта, 2011. - 222 с.

Митяева, А.М. Здоровьесберегающие педагогические технологии: учебное пособие для студентов вузов - М.: Академия, 2010. – 187 с.

Рубанович, В.Б. Основы здорового образа жизни: учебное пособие / В.Б. Рубанович, Р.И. Айзман. - Новосибирск - Москва: Арта, 2011.