

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:

ФИО: Богдалова Елена Викторовна  
МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Должность: Проректор по образовательной деятельности  
Федеральное государственное бюджетное образовательное

Дата подписания: 23.12.2025 12:05:39

учреждение инклюзивного высшего образования

Уникальный программный ключ:

ec85dd5a839619d48ea76b2d23dba88a9c82091a

**«Российский государственный  
университет социальных технологий»**

**(ФГБОУ ИВО «РГУ СоцТех»)**

---

УТВЕРЖДАЮ  
Проректор по образовательной деятельности

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ К ОСВОЕНИЮ МОДУЛЯ**

### **Б1.О.15 ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ**

образовательная программа направления подготовки

49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья

(адаптивная физическая культура)

шифр, наименование

**Направленность (профиль)**

**Адаптивное физическое воспитание**

Квалификация (степень) выпускника: бакалавр

Форма обучения очная

Курс 1 семестр 2

Москва 2025

## **Содержание**

- 1. АННОТАЦИЯ/ВВЕДЕНИЕ**
- 2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ К ЛЕКЦИЯМ**
- 3. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ К ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ**
- 4. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ К САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ**

## **АННОТАЦИЯ/ВВЕДЕНИЕ**

Настоящие методические рекомендации разработаны для обучающихся 1 курса очной формы обучения с учетом ФГОС ВО и рабочей программы модуля «Основы медицинских знаний».

«Основы медицинских знаний»

Цель:

- формирование у студентов компетенций в области сохранения и укрепления здоровья обучающихся, обеспечения безопасных условий жизнедеятельности, оказания первой помощи при наиболее часто встречающихся неотложных состояниях и готовности использовать их в профессиональной деятельности.

Задачи:

1. Сформировать знания об основных неинфекционных и инфекционных заболеваниях, их профилактике.

2. Освоить алгоритмы оказания первой помощи при травмах, неотложных состояниях (обморок, эпилептический припадок, гипергликемическая кома и др.), характерных для физкультурно-спортивной деятельности.

3. Научиться обеспечивать безопасные условия проведения занятий физической культурой и спортом.

4. Привить навыки пропаганды здорового образа жизни и основ личной гигиены среди различных групп населения.

В результате изучения дисциплины студент должен:

Знать:

- виды физических упражнений; научнопрактические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни.

- правила в области техники безопасности, профилактики травматизма, оказания первой доврачебной помощи при организации образовательной деятельности в области физической культуры

Уметь:

- применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности; использовать творческие средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни.

- организовывать свою работу с учетом соблюдения техники безопасности, профилактики травматизма, проводить мероприятия по оказанию первой доврачебной помощи.

Владеть:

- средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования.

- системой действий, направленных на обеспечение соблюдения техники безопасности, профилактику травматизма, обладает навыками оказания первой доврачебной помощи.

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ К ЛЕКЦИЯМ**

В ходе лекционных занятий вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации, положительный опыт в ораторском искусстве. Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых делать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций. В ходе подготовки к семинарам изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой, новыми публикациями в периодических изданиях: журналах, газетах и т.д. При этом учесть рекомендации преподавателя и требования учебной программы. Дорабатывать свой конспект лекции, делая в нем соответствующие записи из литературы, рекомендованной преподавателем и предусмотренной учебной программой. Подготовить тезисы для выступлений по всем учебным вопросам, выносимым на семинар. Готовясь к докладу или реферативному сообщению, обращаться за методической помощью к преподавателю. Составить план-конспект своего выступления. Продумать примеры с целью обеспечения тесной связи изучаемой теории с реальной жизнью. Своевременное и качественное выполнение самостоятельной работы базируется на соблюдении настоящих рекомендаций и изучении рекомендованной литературы. Студент может дополнить список использованной литературы современными источниками, не представленными в списке рекомендованной литературы, и в дальнейшем использовать собственные подготовленные учебные материалы при написании курсовых и дипломных работ.

## **Тема 1. Предмет, задачи и значение дисциплины «Основы медицинских знаний». Понятие о здоровье и болезни.**

1. Предмет, цель, задачи и содержание дисциплины «ОМЗ». Основные принципы охраны здоровья населения. Понятие «Первая помощь». Задачи, виды, содержание. Нормативные и правовые документы, регламентирующие охрану здоровья населения и оказание ПП.
2. Роль и место знаний «ОМЗ» в педагогическом образовании. Определение понятия «Здоровье». Критерии и факторы, определяющие здоровье. Компоненты здоровья.
3. Значение физического развития и физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
4. Комплексная оценка здоровья в соответствии с критериями здоровья. Группы здоровья. Специфика совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся с особыми образовательными потребностями, Определение понятия «Болезнь».
5. Этапы развития болезни. Факторы риска и этиология развития заболеваний. Понятие о симптомах, синдромах заболеваний.
6. Основы профилактики заболеваний. Виды профилактики: первичная, вторичная, третичная.

### **Основная литература**

1.Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебник и практикум для вузов / М. Н. Мисюк. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 379 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17449-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/559832> (дата обращения: 24.10.2025).

2.Даудова, Р. Д. Основы медицинских знаний : Учебное пособие / Р. Д. Даудова. — Махачкала : ДГПУ, 2024. — 142 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/442709> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### **Дополнительная литература**

1.Основы медицинских знаний : учебно-методическое пособие / И. Н. Корнева, Е. Е. Луговина, В. Ю. Сафонова, А. М. Суздалева. — Оренбург : ОГПУ, 2023. — 128 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/369986> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. Пользователей.

2.Киреева, Ю. В. Основы медицинских знаний : учебное пособие / Ю. В. Киреева, Л. Е. Игнатьева. — Саранск : МГПУ им. М. Е. Евсевьева, 2021. — 225 с. — ISBN 978-5-8156-1384-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/258914> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3.Орехова, И. Л. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебно-методическое пособие / И.Л. Орехова, Н.Н. Щелчкова, Е.А. Романова. — Москва : ИНФРА-М, 2019. — 179 с. — (Высшее образование). - ISBN 978-5-16-108382-6. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/1077328> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: по подписке.

### **Программное обеспечение**

1. Astra Linux Special Edition – операционная система со встроенными верифицированными средствами защиты информации.
2. Почта VK WorkMail – корпоративная почта для бизнеса.

3. КонтурТолк – российский сервис для видеоконференцсвязи
4. КонсультантПлюс – кроссплатформенная справочная правовая система, разработанная в России.
5. Антиплагиат ВУЗ – система проверки текстов на уникальность.
6. МАРК-SQL – автоматизированная информационно-библиотечная система (АИБС).
7. Антивирус Касперского – антивирусное программное обеспечение, разрабатываемое «Лабораторией Касперского».

### **Электронные ресурсы**

1. Электронная библиотечная система «Лань»: <https://e.lanbook.com/>
2. Электронная библиотечная система «Znanium»: <https://znanium.ru/>
3. Образовательная платформа «Юрайт»: <https://urait.ru/>
4. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: <https://elibrary.ru/>
5. Справочно-правовая система «КонсультантПлюс»: <http://www.consultant.ru/>
6. Polpred.com. Обзор СМИ: <https://polpred.com/news>
7. Национальная электронная библиотека: <https://rusneb.ru/>
8. Электронная Библиотека РГУ СоцТех: [https://portal.rgust.ru/biblio\\_cat](https://portal.rgust.ru/biblio_cat)

### **Тема 2. Основы здорового образа жизни.**

1. Определение понятия «ЗОЖ» как фактора здоровья.
2. Основные составляющие здорового образа жизни: рациональное питание, двигательная активность, психическое здоровье, рациональный режим дня и др. Принципы организации ЗОЖ.
3. Профилактика различных видов аддиктивного поведения.
4. Учебно-воспитательные технологии по формированию культуры здоровья учащихся и мотивации их к ведению здорового образа жизни.
5. Оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физкультуры и спорта.
6. Роль физкультурно-оздоровительной деятельности для повышения адаптационных ресурсов организма и укрепления здоровья, в том числе у лиц с ОВЗ.
7. Организация системы просветительской и методической работы с учащимися и их родителями, направленной на формирование культуры здорового образа жизни.

### **Основная литература**

1. Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебник и практикум для вузов / М. Н. Мисюк. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 379 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17449-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/559832> (дата обращения: 24.10.2025).

2. Даудова, Р. Д. Основы медицинских знаний : Учебное пособие / Р. Д. Даудова. — Махачкала : ДГПУ, 2024. — 142 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/442709> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### **Дополнительная литература**

1. Основы медицинских знаний : учебно-методическое пособие / И. Н. Корнева, Е. Е. Луговина, В. Ю. Сафонова, А. М. Суздалева. — Оренбург : ОГПУ, 2023. — 128 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/369986> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. Пользователей.

2.Киреева, Ю. В. Основы медицинских знаний : учебное пособие / Ю. В. Киреева, Л. Е. Игнатьева. — Саранск : МГПУ им. М. Е. Евсевьева, 2021. — 225 с. — ISBN 978-5-8156-1384-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/258914> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3.Орехова, И. Л. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебно-методическое пособие / И.Л. Орехова, Н.Н. Щелчкова, Е.А. Романова. — Москва : ИНФРА-М, 2019. — 179 с. — (Высшее образование). - ISBN 978-5-16-108382-6. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/1077328> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: по подписке.

### **Программное обеспечение**

1. Astra Linux Special Edition – операционная система со встроенными верифицированными средствами защиты информации.
2. Почта VK WorkMail – корпоративная почта для бизнеса.
3. КонтурТолк – российский сервис для видеоконференций.
4. КонсультантПлюс – кроссплатформенная справочная правовая система, разработанная в России.
5. Антиплагиат ВУЗ – система проверки текстов на уникальность.
6. МАРК-SQL – автоматизированная информационно-библиотечная система (АИБС).
7. Антивирус Касперского – антивирусное программное обеспечение, разрабатываемое «Лабораторией Касперского».

### **Электронные ресурсы**

- 1.Электронная библиотечная система «Лань»: <https://e.lanbook.com/>
- 2.Электронная библиотечная система «Znanium»: <https://znanium.ru/>
- 3.Образовательная платформа «Юрайт»: <https://urait.ru/>
- 4.Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: <https://elibrary.ru/>
- 5.Справочно-правовая система «КонсультантПлюс»: <http://www.consultant.ru/>
- 6.Polpred.com. Обзор СМИ: <https://polpred.com/news>
- 7.Национальная электронная библиотека: <https://rusneb.ru/>
- 8.Электронная Библиотека РГУ СоцТех: [https://portal.rgust.ru/biblio\\_cat](https://portal.rgust.ru/biblio_cat)

### **Тема 3.Острые инфекционные заболевания. Профилактика и первая помощь.**

1. Понятие об эпидемии и эпидемическом процессе. Три звена эпидемического процесса: источник инфекции, пути и механизмы передачи, восприимчивый организм.
2. Понятие об инфекционном процессе. Классификация инфекционных заболеваний. Стадии инфекционного процесса.
3. Специфическая и неспецифическая профилактика инфекционных заболеваний.
4. Национальный календарь профилактических прививок и прививок по эпидемиологическим показаниям.
5. Способы оказания первой помощи при различных инфекционных заболеваниях: ОРИ, детские инфекции, кишечные инфекции, инфекции, передающиеся парентеральным путем, контактно- бытовым; ИППП и др.
6. Особо опасные инфекции: механизмы распространения и профилактика. Эпидемиологическая безопасность.
7. Факторы риска возникновения и профилактика распространения инфекционных заболеваний при чрезвычайных ситуациях.

## **Основная литература**

1.Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебник и практикум для вузов / М. Н. Мисюк. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 379 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17449-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/559832> (дата обращения: 24.10.2025).

2.Даудова, Р. Д. Основы медицинских знаний : Учебное пособие / Р. Д. Даудова. — Махачкала : ДГПУ, 2024. — 142 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/442709> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### **Дополнительная литература**

1.Основы медицинских знаний : учебно-методическое пособие / И. Н. Корнева, Е. Е. Лутовина, В. Ю. Сафонова, А. М. Суздалева. — Оренбург : ОГПУ, 2023. — 128 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/369986> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. Пользователей.

2.Киреева, Ю. В. Основы медицинских знаний : учебное пособие / Ю. В. Киреева, Л. Е. Игнатьева. — Саранск : МГПУ им. М. Е. Евсевьева, 2021. — 225 с. — ISBN 978-5-8156-1384-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/258914> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3.Орехова, И. Л. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебно-методическое пособие / И.Л. Орехова, Н.Н. Щелчкова, Е.А. Романова. — Москва : ИНФРА-М, 2019. — 179 с. — (Высшее образование). - ISBN 978-5-16-108382-6. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/1077328> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: по подписке.

## **Программное обеспечение**

1. Astra Linux Special Edition – операционная система со встроенными верифицированными средствами защиты информации.
2. Почта VK WorkMail – корпоративная почта для бизнеса.
3. КонтурТолк – российский сервис для видеоконференций
4. КонсультантПлюс – кроссплатформенная справочная правовая система, разработанная в России.
5. Антиплагиат ВУЗ – система проверки текстов на уникальность.
6. МАРК-SQL – автоматизированная информационно-библиотечная система (АИБС).
7. Антивирус Касперского – антивирусное программное обеспечение, разрабатываемое «Лабораторией Касперского».

## **Электронные ресурсы**

- 1.Электронная библиотечная система «Лань»: <https://e.lanbook.com/>
- 2.Электронная библиотечная система «Znanium»: <https://znanium.ru/>
- 3.Образовательная платформа «Юрайт»: <https://urait.ru/>
- 4.Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: <https://elibrary.ru/>
- 5.Справочно-правовая система «КонсультантПлюс»: <http://www.consultant.ru/>
- 6.Polpred.com. Обзор СМИ: <https://polpred.com/news>
- 7.Национальная электронная библиотека: <https://rusneb.ru/>
- 8.Электронная Библиотека РГУ СоцТех: [https://portal.rgust.ru/biblio\\_cat](https://portal.rgust.ru/biblio_cat)

#### **Тема 4. Неинфекционные заболевания. Профилактика и первая помощь.**

1. Эпидемиология неинфекционных заболеваний.
2. Патология сердечно-сосудистой системы (ИБС, инфаркт миокарда, аритмии, гипертония, коллапс и др.). Факторы риска, симптомы, профилактика, первая помощь при неотложных состояниях.
3. Болезни нервной системы (нарушения мозгового кровообращения, судорожные состояния, неврозы и др.). Факторы риска, симптомы, профилактика, первая помощь при неотложных состояниях.
4. Патология дыхательной системы (бронхиальная астма и др.).
5. Этиология, симптомы, профилактика, первая помощь при неотложных состояниях.
6. Патология пищеварительной системы (гастрит, язвенная болезнь, острый панкреатит и др.). Этиология, симптомы, профилактика, первая помощь при неотложных состояниях.
7. Патология эндокринной системы (сахарный диабет, гипо- и гипертиреоз и др.). Этиология, симптомы, профилактика. Первая помощь при гипо- и гипергликемических состояниях.
8. Понятие «острый живот»: возможные причины, симптомы, алгоритм оказания первой помощи.
9. Болезни мочевой системы (острый цистит, почечная колика и др.).
10. Этиология, симптомы, профилактика, первая помощь при неотложных состояниях.
11. Онкологическая настороженность.

#### **Основная литература**

1.Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебник и практикум для вузов / М. Н. Мисюк. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 379 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17449-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/559832> (дата обращения: 24.10.2025).

2.Даудова, Р. Д. Основы медицинских знаний : Учебное пособие / Р. Д. Даудова. — Махачкала : ДГПУ, 2024. — 142 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/442709> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

#### **Дополнительная литература**

1.Основы медицинских знаний : учебно-методическое пособие / И. Н. Корнева, Е. Е. Луговина, В. Ю. Сафонова, А. М. Суздалева. — Оренбург : ОГПУ, 2023. — 128 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/369986> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. Пользователей.

2.Киреева, Ю. В. Основы медицинских знаний : учебное пособие / Ю. В. Киреева, Л. Е. Игнатьева. — Саранск : МГПУ им. М. Е. Евсевьева, 2021. — 225 с. — ISBN 978-5-8156-1384-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/258914> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3.Орехова, И. Л. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебно-методическое пособие / И.Л. Орехова, Н.Н. Щелчкова, Е.А. Романова. — Москва : ИНФРА-М, 2019. — 179 с. — (Высшее образование). - ISBN 978-5-16-108382-6. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/1077328> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: по подписке.

#### **Программное обеспечение**

1. Astra Linux Special Edition – операционная система со встроенными верифицированными средствами защиты информации.
2. Почта VK WorkMail – корпоративная почта для бизнеса.
3. КонтурТолк – российский сервис для видеоконференций.
4. КонсультантПлюс – кроссплатформенная справочная правовая система, разработанная в России.
5. Антиплагиат ВУЗ – система проверки текстов на уникальность.
6. МАРК-SQL – автоматизированная информационно-библиотечная система (АИБС).
7. Антивирус Касперского – антивирусное программное обеспечение, разрабатываемое «Лабораторией Касперского».

### **Электронные ресурсы**

1. Электронная библиотечная система «Лань»: <https://e.lanbook.com/>
2. Электронная библиотечная система «Znanium»: <https://znanium.ru/>
3. Образовательная платформа «Юрайт»: <https://urait.ru/>
4. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: <https://elibrary.ru/>
5. Справочно-правовая система «КонсультантПлюс»: <http://www.consultant.ru/>
6. Polpred.com. Обзор СМИ: <https://polpred.com/news>
7. Национальная электронная библиотека: <https://rusneb.ru/>
8. Электронная Библиотека РГУ СоцТех: [https://portal.rgust.ru/biblio\\_cat](https://portal.rgust.ru/biblio_cat)

### **Тема 5. Первая помощь при травмах и несчастных случаях.**

1. Понятие «травмы». Классификация травм, первая помощь, осложнения. Профилактика детского травматизма в образовательном учреждении. Раны и их классификация. Первичная обработка раны.
2. Кровотечения: признаки, классификация. Первая помощь при различных видах кровотечений.
3. Понятие о травматическом шоке, причины, признаки, профилактика. Алгоритм оказания первой помощи при травматическом шоке.
4. Способы иммобилизации и транспортировки при различных переломах.
5. Термические поражения: ожоги и отморожения. Симптомы, первая помощь. Виды и признаки утопления. Первая помощь.
6. Электротравмы: признаки и способы оказания первой помощи.
7. Первая помощь при укусах животных и насекомых. Острые аллергические реакции (крапивница, отек Квинке, анафилаксия): симптомы и первая помощь.
8. Неинфекционные отравления. Первая помощь.
9. Инородные тела в глазах, ушах, в верхних дыхательных путях.
10. Симптомы, первая помощь. Терминальные состояния. Понятие клинической и биологической смерти. Правила оказания сердечно-легочной реанимации. Базовая сердечно-легочная реанимация. Особенности сердечно-легочной реанимации у пострадавших различных возрастных групп. Критерии оценки реанимационных мероприятий.

### **Основная литература**

1. Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебник и практикум для вузов / М. Н. Мисюк. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 379 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17449-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/559832> (дата обращения: 24.10.2025).

2. Даудова, Р. Д. Основы медицинских знаний : Учебное пособие / Р. Д. Даудова. — Махачкала : ДГПУ, 2024. — 142 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/442709> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

#### **Дополнительная литература**

1. Основы медицинских знаний : учебно-методическое пособие / И. Н. Корнева, Е. Е. Лутовина, В. Ю. Сафонова, А. М. Суздалева. — Оренбург : ОГПУ, 2023. — 128 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/369986> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. Пользователей.

2. Киреева, Ю. В. Основы медицинских знаний : учебное пособие / Ю. В. Киреева, Л. Е. Игнатьева. — Саранск : МГПУ им. М. Е. Евсевьева, 2021. — 225 с. — ISBN 978-5-8156-1384-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/258914> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3. Орехова, И. Л. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебно-методическое пособие / И.Л. Орехова, Н.Н. Щелчкова, Е.А. Романова. — Москва : ИНФРА-М, 2019. — 179 с. — (Высшее образование). - ISBN 978-5-16-108382-6. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/1077328> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: по подписке.

#### **Программное обеспечение**

1. Astra Linux Special Edition – операционная система со встроенными верифицированными средствами защиты информации.
2. Почта VK WorkMail – корпоративная почта для бизнеса.
3. КонтурТолк – российский сервис для видеоконференций.
4. КонсультантПлюс – кроссплатформенная справочная правовая система, разработанная в России.
5. Антиплагиат ВУЗ – система проверки текстов на уникальность.
6. МАРК-SQL – автоматизированная информационно-библиотечная система (АИБС).
7. Антивирус Касперского – антивирусное программное обеспечение, разрабатываемое «Лабораторией Касперского».

#### **Электронные ресурсы**

1. Электронная библиотечная система «Лань»: <https://e.lanbook.com/>
2. Электронная библиотечная система «Znanium»: <https://znanium.ru/>
3. Образовательная платформа «Юрайт»: <https://urait.ru/>
4. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: <https://elibrary.ru/>
5. Справочно-правовая система «КонсультантПлюс»: <http://www.consultant.ru/>
6. Polpred.com. Обзор СМИ: <https://polpred.com/news>
7. Национальная электронная библиотека: <https://rusneb.ru/>
8. Электронная Библиотека РГУ СоцТех: [https://portal.rgust.ru/biblio\\_cat](https://portal.rgust.ru/biblio_cat)

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ К ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ**

Практическое занятие – форма систематических учебных занятий, с помощью которых обучающиеся изучают тот или иной раздел определенной научной дисциплины, входящей в состав учебного плана. Для того чтобы практические занятия приносили максимальную пользу, необходимо помнить, что упражнение и решение задач проводятся по вычитанному на лекциях материалу и связаны, как правило, с детальным разбором отдельных вопросов лекционного курса. Следует подчеркнуть, что только после усвоения лекционного материала с определенной точки зрения (а именно с той, с которой он излагается на лекциях) он будет закрепляться на практических занятиях как в результате обсуждения и анализа лекционного материала, так и с помощью решения проблемных ситуаций, задач. При этих условиях студент не только хорошо усвоит материал, но и научится применять его на практике, а также получит дополнительный стимул (и это очень важно) для активной проработки лекции. При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками. Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении. При подготовке к практическим занятиям следует использовать основную литературу из представленного списка, а также руководствоваться приведенными указаниями и рекомендациями. Для наиболее глубокого освоения дисциплины рекомендуется изучать литературу, обозначенную как «дополнительная» в представленном списке. На практических занятиях приветствуется активное участие в обсуждении конкретных ситуаций, способность на основе полученных знаний находить наиболее эффективные решения поставленных проблем, уметь находить полезный дополнительный материал по тематике занятий. Студенту рекомендуется следующая схема подготовки к занятию:

1. Проработать конспект лекций;
2. Прочитать основную и дополнительную литературу, рекомендованную по изучаемому разделу;
3. Ответить на вопросы плана семинарского занятия;
4. Выполнить домашнее задание;
5. Проработать тестовые задания и задачи;
6. При затруднениях сформулировать вопросы к преподавателю.

Занятия могут проводиться в форме беседы со всеми студентами группы или с отдельными студентами. Этот вид занятия называется коллоквиумом (собеседование). Коллоквиумы проводятся по конкретным вопросам дисциплины. Коллоквиум отличается, в первую очередь тем, что во время этого занятия могут быть опрошены все студенты или значительная часть студентов группы. В ходе коллоквиума выясняется степень усвоения студентами понятий и терминов по важнейшим темам, умение студентов применять полученные знания для решения конкретных практических задач. Для подготовки к коллоквиуму студенты заранее получают у преподавателя задание. В процессе подготовки изучают рекомендованные преподавателем источники литературы, а также самостоятельно осуществляют поиск релевантной информации, а также могут собрать практический материал. Коллоквиум может проходить также в форме ответов студентов на вопросы билета, обсуждения сообщений студентов, форму выбирает преподаватель.

## **Тема 1. Предмет, задачи и значение дисциплины «Основы медицинских знаний». Понятие о здоровье и болезни.**

1. Предмет, цель, задачи и содержание дисциплины «ОМЗ». Основные принципы охраны здоровья населения. Понятие «Первая помощь». Задачи, виды, содержание. Нормативные и правовые документы, регламентирующие охрану здоровья населения и оказание ПП.
2. Роль и место знаний «ОМЗ» в педагогическом образовании. Определение понятия «Здоровье». Критерии и факторы, определяющие здоровье. Компоненты здоровья.
3. Значение физического развития и физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
4. Комплексная оценка здоровья в соответствии с критериями здоровья. Группы здоровья. Специфика совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся с особыми образовательными потребностями, Определение понятия «Болезнь».
5. Этапы развития болезни. Факторы риска и этиология развития заболеваний. Понятие о симптомах, синдромах заболеваний.
6. Основы профилактики заболеваний. Виды профилактики: первичная, вторичная, третичная.

### **Основная литература**

1.Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебник и практикум для вузов / М. Н. Мисюк. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 379 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17449-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/559832> (дата обращения: 24.10.2025).

2.Даудова, Р. Д. Основы медицинских знаний : Учебное пособие / Р. Д. Даудова. — Махачкала : ДГПУ, 2024. — 142 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/442709> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

#### **Дополнительная литература**

1.Основы медицинских знаний : учебно-методическое пособие / И. Н. Корнева, Е. Е. Луговина, В. Ю. Сафонова, А. М. Суздалева. — Оренбург : ОГПУ, 2023. — 128 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/369986> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. Пользователей.

2.Киреева, Ю. В. Основы медицинских знаний : учебное пособие / Ю. В. Киреева, Л. Е. Игнатьева. — Саранск : МГПУ им. М. Е. Евсевьева, 2021. — 225 с. — ISBN 978-5-8156-1384-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/258914> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3.Орехова, И. Л. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебно-методическое пособие / И.Л. Орехова, Н.Н. Щелчкова, Е.А. Романова. — Москва : ИНФРА-М, 2019. — 179 с. — (Высшее образование). - ISBN 978-5-16-108382-6. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/1077328> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: по подписке.

### **Программное обеспечение**

1. Astra Linux Special Edition – операционная система со встроенными верифицированными средствами защиты информации.
2. Почта VK WorkMail – корпоративная почта для бизнеса.

3. КонтурТолк – российский сервис для видеоконференцсвязи
4. КонсультантПлюс – кроссплатформенная справочная правовая система, разработанная в России.
5. Антиплагиат ВУЗ – система проверки текстов на уникальность.
6. МАРК-SQL – автоматизированная информационно-библиотечная система (АИБС).
7. Антивирус Касперского – антивирусное программное обеспечение, разрабатываемое «Лабораторией Касперского».

### **Электронные ресурсы**

- 1.Электронная библиотечная система «Лань»: <https://e.lanbook.com/>
- 2.Электронная библиотечная система «Znanium»: <https://znanium.ru/>
- 3.Образовательная платформа «Юрайт»: <https://urait.ru/>
- 4.Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: <https://elibrary.ru/>
- 5.Справочно-правовая система «КонсультантПлюс»: <http://www.consultant.ru/>
- 6.Polpred.com. Обзор СМИ: <https://polpred.com/news>
- 7.Национальная электронная библиотека: <https://rusneb.ru/>
- 8.Электронная Библиотека РГУ СоцТех: [https://portal.rgust.ru/biblio\\_cat](https://portal.rgust.ru/biblio_cat)

### **Тема 2. Основы здорового образа жизни.**

1. Определение понятия «ЗОЖ» как фактора здоровья.
2. Основные составляющие здорового образа жизни: рациональное питание, двигательная активность, психическое здоровье, рациональный режим дня и др. Принципы организации ЗОЖ.
3. Профилактика различных видов аддиктивного поведения.
4. Учебно-воспитательные технологии по формированию культуры здоровья учащихся и мотивации их к ведению здорового образа жизни.
5. Оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физкультуры и спорта.
6. Роль физкультурно-оздоровительной деятельности для повышения адаптационных ресурсов организма и укрепления здоровья, в том числе у лиц с ОВЗ.
7. Организация системы просветительской и методической работы с учащимися и их родителями, направленной на формирование культуры здорового образа жизни.

### **Основная литература**

1.Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебник и практикум для вузов / М. Н. Мисюк. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 379 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17449-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/559832> (дата обращения: 24.10.2025).

2.Даудова, Р. Д. Основы медицинских знаний : Учебное пособие / Р. Д. Даудова. — Махачкала : ДГПУ, 2024. — 142 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/442709> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### **Дополнительная литература**

1.Основы медицинских знаний : учебно-методическое пособие / И. Н. Корнева, Е. Е. Луговина, В. Ю. Сафонова, А. М. Суздалева. — Оренбург : ОГПУ, 2023. — 128 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/369986> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. Пользователей.

2.Киреева, Ю. В. Основы медицинских знаний : учебное пособие / Ю. В. Киреева, Л. Е. Игнатьева. — Саранск : МГПУ им. М. Е. Евсевьева, 2021. — 225 с. — ISBN 978-5-8156-1384-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/258914> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3.Орехова, И. Л. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебно-методическое пособие / И.Л. Орехова, Н.Н. Щелчкова, Е.А. Романова. — Москва : ИНФРА-М, 2019. — 179 с. — (Высшее образование). - ISBN 978-5-16-108382-6. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/1077328> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: по подписке.

### **Программное обеспечение**

1. Astra Linux Special Edition – операционная система со встроенными верифицированными средствами защиты информации.
2. Почта VK WorkMail – корпоративная почта для бизнеса.
3. КонтурТолк – российский сервис для видеоконференций.
4. КонсультантПлюс – кроссплатформенная справочная правовая система, разработанная в России.
5. Антиплагиат ВУЗ – система проверки текстов на уникальность.
6. МАРК-SQL – автоматизированная информационно-библиотечная система (АИБС).
7. Антивирус Касперского – антивирусное программное обеспечение, разрабатываемое «Лабораторией Касперского».

### **Электронные ресурсы**

- 1.Электронная библиотечная система «Лань»: <https://e.lanbook.com/>
- 2.Электронная библиотечная система «Znanium»: <https://znanium.ru/>
- 3.Образовательная платформа «Юрайт»: <https://urait.ru/>
- 4.Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: <https://elibrary.ru/>
- 5.Справочно-правовая система «КонсультантПлюс»: <http://www.consultant.ru/>
- 6.Polpred.com. Обзор СМИ: <https://polpred.com/news>
- 7.Национальная электронная библиотека: <https://rusneb.ru/>
- 8.Электронная Библиотека РГУ СоцТех: [https://portal.rgust.ru/biblio\\_cat](https://portal.rgust.ru/biblio_cat)

### **Тема 3.Острые инфекционные заболевания. Профилактика и первая помощь.**

1. Понятие об эпидемии и эпидемическом процессе. Три звена эпидемического процесса: источник инфекции, пути и механизмы передачи, восприимчивый организм.
2. Понятие об инфекционном процессе. Классификация инфекционных заболеваний. Стадии инфекционного процесса.
3. Специфическая и неспецифическая профилактика инфекционных заболеваний.
4. Национальный календарь профилактических прививок и прививок по эпидемиологическим показаниям.
5. Способы оказания первой помощи при различных инфекционных заболеваниях: ОРИ, детские инфекции, кишечные инфекции, инфекции, передающиеся парентеральным путем, контактно- бытовым; ИППП и др.
6. Особо опасные инфекции: механизмы распространения и профилактика. Эпидемиологическая безопасность.
7. Факторы риска возникновения и профилактика распространения инфекционных заболеваний при чрезвычайных ситуациях.

## **Основная литература**

1.Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебник и практикум для вузов / М. Н. Мисюк. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 379 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17449-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/559832> (дата обращения: 24.10.2025).

2.Даудова, Р. Д. Основы медицинских знаний : Учебное пособие / Р. Д. Даудова. — Махачкала : ДГПУ, 2024. — 142 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/442709> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### **Дополнительная литература**

1.Основы медицинских знаний : учебно-методическое пособие / И. Н. Корнева, Е. Е. Лутовина, В. Ю. Сафонова, А. М. Суздалева. — Оренбург : ОГПУ, 2023. — 128 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/369986> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. Пользователей.

2.Киреева, Ю. В. Основы медицинских знаний : учебное пособие / Ю. В. Киреева, Л. Е. Игнатьева. — Саранск : МГПУ им. М. Е. Евсевьева, 2021. — 225 с. — ISBN 978-5-8156-1384-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/258914> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3.Орехова, И. Л. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебно-методическое пособие / И.Л. Орехова, Н.Н. Щелчкова, Е.А. Романова. — Москва : ИНФРА-М, 2019. — 179 с. — (Высшее образование). - ISBN 978-5-16-108382-6. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/1077328> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: по подписке.

## **Программное обеспечение**

1. Astra Linux Special Edition – операционная система со встроенными верифицированными средствами защиты информации.
2. Почта VK WorkMail – корпоративная почта для бизнеса.
3. КонтурТолк – российский сервис для видеоконференций
4. КонсультантПлюс – кроссплатформенная справочная правовая система, разработанная в России.
5. Антиплагиат ВУЗ – система проверки текстов на уникальность.
6. МАРК-SQL – автоматизированная информационно-библиотечная система (АИБС).
7. Антивирус Касперского – антивирусное программное обеспечение, разрабатываемое «Лабораторией Касперского».

## **Электронные ресурсы**

- 1.Электронная библиотечная система «Лань»: <https://e.lanbook.com/>
- 2.Электронная библиотечная система «Znanium»: <https://znanium.ru/>
- 3.Образовательная платформа «Юрайт»: <https://urait.ru/>
- 4.Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: <https://elibrary.ru/>
- 5.Справочно-правовая система «КонсультантПлюс»: <http://www.consultant.ru/>
- 6.Polpred.com. Обзор СМИ: <https://polpred.com/news>
- 7.Национальная электронная библиотека: <https://rusneb.ru/>
- 8.Электронная Библиотека РГУ СоцТех: [https://portal.rgust.ru/biblio\\_cat](https://portal.rgust.ru/biblio_cat)

#### **Тема 4. Неинфекционные заболевания. Профилактика и первая помощь.**

1. Эпидемиология неинфекционных заболеваний.
2. Патология сердечно-сосудистой системы (ИБС, инфаркт миокарда, аритмии, гипертония, коллапс и др.). Факторы риска, симптомы, профилактика, первая помощь при неотложных состояниях.
3. Болезни нервной системы (нарушения мозгового кровообращения, судорожные состояния, неврозы и др.). Факторы риска, симптомы, профилактика, первая помощь при неотложных состояниях.
4. Патология дыхательной системы (бронхиальная астма и др.).
5. Этиология, симптомы, профилактика, первая помощь при неотложных состояниях.
6. Патология пищеварительной системы (гастрит, язвенная болезнь, острый панкреатит и др.). Этиология, симптомы, профилактика, первая помощь при неотложных состояниях.
7. Патология эндокринной системы (сахарный диабет, гипо- и гипертиреоз и др.). Этиология, симптомы, профилактика. Первая помощь при гипо- и гипергликемических состояниях.
8. Понятие «острый живот»: возможные причины, симптомы, алгоритм оказания первой помощи.
9. Болезни мочевой системы (острый цистит, почечная колика и др.).
10. Этиология, симптомы, профилактика, первая помощь при неотложных состояниях.
11. Онкологическая настороженность.

#### **Основная литература**

1.Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебник и практикум для вузов / М. Н. Мисюк. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 379 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17449-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/559832> (дата обращения: 24.10.2025).

2.Даудова, Р. Д. Основы медицинских знаний : Учебное пособие / Р. Д. Даудова. — Махачкала : ДГПУ, 2024. — 142 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/442709> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

#### **Дополнительная литература**

1.Основы медицинских знаний : учебно-методическое пособие / И. Н. Корнева, Е. Е. Луговина, В. Ю. Сафонова, А. М. Суздалева. — Оренбург : ОГПУ, 2023. — 128 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/369986> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. Пользователей.

2.Киреева, Ю. В. Основы медицинских знаний : учебное пособие / Ю. В. Киреева, Л. Е. Игнатьева. — Саранск : МГПУ им. М. Е. Евсевьева, 2021. — 225 с. — ISBN 978-5-8156-1384-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/258914> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3.Орехова, И. Л. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебно-методическое пособие / И.Л. Орехова, Н.Н. Щелчкова, Е.А. Романова. — Москва : ИНФРА-М, 2019. — 179 с. — (Высшее образование). - ISBN 978-5-16-108382-6. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/1077328> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: по подписке.

#### **Программное обеспечение**

1. Astra Linux Special Edition – операционная система со встроенными верифицированными средствами защиты информации.
2. Почта VK WorkMail – корпоративная почта для бизнеса.
3. КонтурТолк – российский сервис для видеоконференций.
4. КонсультантПлюс – кроссплатформенная справочная правовая система, разработанная в России.
5. Антиплагиат ВУЗ – система проверки текстов на уникальность.
6. МАРК-SQL – автоматизированная информационно-библиотечная система (АИБС).
7. Антивирус Касперского – антивирусное программное обеспечение, разрабатываемое «Лабораторией Касперского».

### **Электронные ресурсы**

1. Электронная библиотечная система «Лань»: <https://e.lanbook.com/>
2. Электронная библиотечная система «Znanium»: <https://znanium.ru/>
3. Образовательная платформа «Юрайт»: <https://urait.ru/>
4. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: <https://elibrary.ru/>
5. Справочно-правовая система «КонсультантПлюс»: <http://www.consultant.ru/>
6. Polpred.com. Обзор СМИ: <https://polpred.com/news>
7. Национальная электронная библиотека: <https://rusneb.ru/>
8. Электронная Библиотека РГУ СоцТех: [https://portal.rgust.ru/biblio\\_cat](https://portal.rgust.ru/biblio_cat)

### **Тема 5. Первая помощь при травмах и несчастных случаях.**

1. Понятие «травмы». Классификация травм, первая помощь, осложнения. Профилактика детского травматизма в образовательном учреждении. Раны и их классификация. Первичная обработка раны.
2. Кровотечения: признаки, классификация. Первая помощь при различных видах кровотечений.
3. Понятие о травматическом шоке, причины, признаки, профилактика. Алгоритм оказания первой помощи при травматическом шоке.
4. Способы иммобилизации и транспортировки при различных переломах.
5. Термические поражения: ожоги и отморожения. Симптомы, первая помощь. Виды и признаки утопления. Первая помощь.
6. Электротравмы: признаки и способы оказания первой помощи.
7. Первая помощь при укусах животных и насекомых. Острые аллергические реакции (крапивница, отек Квинке, анафилаксия): симптомы и первая помощь.
8. Неинфекционные отравления. Первая помощь.
9. Инородные тела в глазах, ушах, в верхних дыхательных путях.
10. Симптомы, первая помощь. Терминальные состояния. Понятие клинической и биологической смерти. Правила оказания сердечно-легочной реанимации. Базовая сердечно-легочная реанимация. Особенности сердечно-легочной реанимации у пострадавших различных возрастных групп. Критерии оценки реанимационных мероприятий.

### **Основная литература**

1. Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебник и практикум для вузов / М. Н. Мисюк. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 379 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17449-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/559832> (дата обращения: 24.10.2025).

2. Даудова, Р. Д. Основы медицинских знаний : Учебное пособие / Р. Д. Даудова. — Махачкала : ДГПУ, 2024. — 142 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/442709> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

#### **Дополнительная литература**

1. Основы медицинских знаний : учебно-методическое пособие / И. Н. Корнева, Е. Е. Лутовина, В. Ю. Сафонова, А. М. Суздалева. — Оренбург : ОГПУ, 2023. — 128 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/369986> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. Пользователей.

2. Киреева, Ю. В. Основы медицинских знаний : учебное пособие / Ю. В. Киреева, Л. Е. Игнатьева. — Саранск : МГПУ им. М. Е. Евсевьева, 2021. — 225 с. — ISBN 978-5-8156-1384-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/258914> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3. Орехова, И. Л. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебно-методическое пособие / И.Л. Орехова, Н.Н. Щелчкова, Е.А. Романова. — Москва : ИНФРА-М, 2019. — 179 с. — (Высшее образование). - ISBN 978-5-16-108382-6. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/1077328> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: по подписке.

#### **Программное обеспечение**

1. Astra Linux Special Edition – операционная система со встроенными верифицированными средствами защиты информации.
2. Почта VK WorkMail – корпоративная почта для бизнеса.
3. КонтурТолк – российский сервис для видеоконференций.
4. КонсультантПлюс – кроссплатформенная справочная правовая система, разработанная в России.
5. Антиплагиат ВУЗ – система проверки текстов на уникальность.
6. МАРК-SQL – автоматизированная информационно-библиотечная система (АИБС).
7. Антивирус Касперского – антивирусное программное обеспечение, разрабатываемое «Лабораторией Касперского».

#### **Электронные ресурсы**

1. Электронная библиотечная система «Лань»: <https://e.lanbook.com/>
2. Электронная библиотечная система «Znanium»: <https://znanium.ru/>
3. Образовательная платформа «Юрайт»: <https://urait.ru/>
4. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: <https://elibrary.ru/>
5. Справочно-правовая система «КонсультантПлюс»: <http://www.consultant.ru/>
6. Polpred.com. Обзор СМИ: <https://polpred.com/news>
7. Национальная электронная библиотека: <https://rusneb.ru/>
8. Электронная Библиотека РГУ СоцТех: [https://portal.rgust.ru/biblio\\_cat](https://portal.rgust.ru/biblio_cat)

#### **МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ К САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ**

При освоении материала дисциплины необходимо:  
спланировать и распределить время, необходимое для изучения дисциплины;  
конкретизировать для себя план изучения материала;

ознакомиться с объемом и характером внеаудиторной самостоятельной работы для полноценного освоения каждой из тем дисциплины.

**Сценарий изучения курса:**

- проработайте каждую тему по предлагаемому ниже алгоритму действий;
- изучив весь материал, подготовьтесь к сдаче экзамена.

**Алгоритм работы над каждой темой:**

- изучите содержание темы вначале по лекционному материалу, а затем по другим источникам;
- прочитайте дополнительную литературу из списка, предложенного преподавателем;
- составьте краткий план ответа по каждому вопросу, выносимому на обсуждение на практическом занятии;
- выучите определения терминов, относящихся к теме;
- продумайте примеры и иллюстрации к ответу по изучаемой теме;
- подберите цитаты ученых, общественных деятелей, публицистов, уместные с точки зрения обсуждаемой проблемы;
- продумывайте высказывания по темам, предложенным к практическим занятиям.

Работа с научно-методической литературой и текстовым материалом Интернет-ресурсов является одним из основных видов самостоятельного учебного труда студентов и наиболее важным средством овладения будущей специальностью. Для того чтобы информация сохранилась надолго, необходимо ее зафиксировать. Формы фиксации прочитанного могут быть разными: составление аннотации, различных видов планов, тезисов, конспектов, рецензий, подготовка сообщений.

**Рекомендации по работе с литературой:**

- ознакомьтесь с аннотациями к рекомендованной литературе и определите основной метод изложения материала того или иного источника;
- составьте собственные аннотации к другим источникам, что поможет при подготовке к экзамену;
- выберите те источники, которые наиболее подходят для изучения конкретной темы.

Аннотация - краткая характеристика литературного источника с точки зрения содержания, назначения, формы и других особенностей. Аннотация включает сведения о содержании источника, его авторе и достоинствах работы, носит пояснительный или рекомендательный характер. По содержанию и целевому назначению аннотации подразделяются на справочные и рекомендательные. По полноте охвата содержания аннотируемого произведения и его назначению аннотации подразделяются на общие и специализированные.

Тезис - это положение, отражающее смысл значительной части текста, то, что доказывает или опровергает автор, то, в чем он стремится убедить читателя, вывод, к которому он подводит. Тезисы позволяют обобщить материал, представить его суть в кратких формулировках, раскрывающих смысл всего произведения. Порядок составления тезисов - составление назывного плана, прочтение фрагмента текста, который имеет свой подзаголовок - пункт плана, и, уяснив его суть, сформулировать отдельные положения.

Конспект - это сокращенная запись информации. В конспекте отражаются основные положения текста. Порядок конспектирования: написать исходные данные источника, прочитать весь текст, выделить информативные центры, продумать главные положения, сформулировать их своими словами и записать, подтвердить отдельные положения цитатами или примерами из текста. Объем конспекта примерно не должен превышать одну треть исходного текста.

Рецензия - это статья, содержащая в себе критический обзор какого- либо научного произведения или отзыв на научную работу, дает критическую оценку как

отдельным положениям, так и рецензируемому документу в целом. Порядок написания рецензии - выбор объекта анализа, актуальность темы, краткое содержание, формулировка основного тезиса, общая оценка, недостатки, недочеты, выводы.

Реферат - это сжатое изложение основной информации первоисточника на основе ее смысловой переработки. Этапы работы над рефератом: выбор темы, подбор и изучение основных источников по теме, составление библиографии, обработка и систематизация информации, разработка плана реферата, написание реферата. Примерная структура реферата: титульный лист, оглавление, введение, основная часть, заключение, список литературы, приложение.

Разработка глоссария предполагает использование разнообразных источников информации, однако следует учесть, что некоторые понятия раскрыты в законах и их формулировки в глоссарии не должны противоречить формулировкам, данным в нормативно-правовых документах.

Выполнение итоговой работы предполагает разработку программы исследования для оценки, сформулированной коллегиально с преподавателем проблемы. Технология разработки указанного проекта включает следующие этапы:

- 1) подготовительный этап проектирования (выбор тематики проекта, определение методов анализа; подбор и изучение литературы по проблеме; формулировка цели и задач проекта; определение методов, с помощью которых планируется решить поставленные задачи; обдумывание содержательного аспекта проекта; определение форм реализации проекта);
- 2) организация и проведение эмпирического исследования;
- 3) разработка проекта (конкретизация идеи проекта; разработка содержательного аспекта; разработка форм и методов реализации содержания; документальное оформление проекта; прогнозирование результатов);
- 4) презентация проекта (подготовка презентации проекта; просмотр презентаций, обсуждение);
- 5) анализ и самоанализ разработанных и представленных результатов.

### **Тема 1. Предмет, задачи и значение дисциплины «Основы медицинских знаний». Понятие о здоровье и болезни.**

1. Предмет, цель, задачи и содержание дисциплины «ОМЗ». Основные принципы охраны здоровья населения. Понятие «Первая помощь». Задачи, виды, содержание. Нормативные и правовые документы, регламентирующие охрану здоровья населения и оказание ПП.

2. Роль и место знаний «ОМЗ» в педагогическом образовании. Определение понятия «Здоровье». Критерии и факторы, определяющие здоровье. Компоненты здоровья.

3. Значение физического развития и физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

4. Комплексная оценка здоровья в соответствии с критериями здоровья. Группы здоровья. Специфика совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся с особыми образовательными потребностями, Определение понятия «Болезнь».

5. Этапы развития болезни. Факторы риска и этиология развития заболеваний. Понятие о симптомах, синдромах заболеваний.

6. Основы профилактики заболеваний. Виды профилактики: первичная, вторичная, третичная.

### **Основная литература**

1. Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебник и практикум для вузов / М. Н. Мисюк. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 379 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17449-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/559832> (дата обращения: 24.10.2025).

2. Даудова, Р. Д. Основы медицинских знаний : Учебное пособие / Р. Д. Даудова. — Махачкала : ДГПУ, 2024. — 142 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/442709> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

#### Дополнительная литература

1. Основы медицинских знаний : учебно-методическое пособие / И. Н. Корнева, Е. Е. Луговина, В. Ю. Сафонова, А. М. Суздалева. — Оренбург : ОГПУ, 2023. — 128 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/369986> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. Пользователей.

2. Киреева, Ю. В. Основы медицинских знаний : учебное пособие / Ю. В. Киреева, Л. Е. Игнатьева. — Саранск : МГПУ им. М. Е. Евсевьева, 2021. — 225 с. — ISBN 978-5-8156-1384-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/258914> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3. Орехова, И. Л. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебно-методическое пособие / И.Л. Орехова, Н.Н. Щелчкова, Е.А. Романова. — Москва : ИНФРА-М, 2019. — 179 с. — (Высшее образование). - ISBN 978-5-16-108382-6. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/1077328> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: по подписке.

### Программное обеспечение

1. Astra Linux Special Edition – операционная система со встроенными верифицированными средствами защиты информации.
2. Почта VK WorkMail – корпоративная почта для бизнеса.
3. КонтурТолк – российский сервис для видеоконференций
4. КонсультантПлюс – кроссплатформенная справочная правовая система, разработанная в России.
5. Антиплагиат ВУЗ – система проверки текстов на уникальность.
6. МАРК-SQL – автоматизированная информационно-библиотечная система (АИБС).
7. Антивирус Касперского – антивирусное программное обеспечение, разрабатываемое «Лабораторией Касперского».

### Электронные ресурсы

1. Электронная библиотечная система «Лань»: <https://e.lanbook.com/>
2. Электронная библиотечная система «Znaniум»: <https://znanium.ru/>
3. Образовательная платформа «Юрайт»: <https://urait.ru/>
4. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: <https://elibrary.ru/>
5. Справочно-правовая система «КонсультантПлюс»: <http://www.consultant.ru/>
6. Polpred.com. Обзор СМИ: <https://polpred.com/news>
7. Национальная электронная библиотека: <https://rusneb.ru/>
8. Электронная Библиотека РГУ СоцТех: [https://portal.rgust.ru/biblio\\_cat](https://portal.rgust.ru/biblio_cat)

### Тема 2. Основы здорового образа жизни.

1. Определение понятия «ЗОЖ» как фактора здоровья.
2. Основные составляющие здорового образа жизни: рациональное питание, двигательная активность, психическое здоровье, рациональный режим дня и др. Принципы организации ЗОЖ.
3. Профилактика различных видов аддиктивного поведения.
4. Учебно-воспитательные технологии по формированию культуры здоровья учащихся и мотивации их к ведению здорового образа жизни.
5. Оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физкультуры и спорта.
6. Роль физкультурно-оздоровительной деятельности для повышения адаптационных ресурсов организма и укрепления здоровья, в том числе у лиц с ОВЗ.
7. Организация системы просветительской и методической работы с учащимися и их родителями, направленной на формирование культуры здорового образа жизни.

## **Основная литература**

1. Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебник и практикум для вузов / М. Н. Мисюк. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 379 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17449-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/559832> (дата обращения: 24.10.2025).

2. Даудова, Р. Д. Основы медицинских знаний : Учебное пособие / Р. Д. Даудова. — Махачкала : ДГПУ, 2024. — 142 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/442709> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### **Дополнительная литература**

1. Основы медицинских знаний : учебно-методическое пособие / И. Н. Корнева, Е. Е. Луговина, В. Ю. Сафонова, А. М. Суздалева. — Оренбург : ОГПУ, 2023. — 128 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/369986> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. Пользователей.

2. Киреева, Ю. В. Основы медицинских знаний : учебное пособие / Ю. В. Киреева, Л. Е. Игнатьева. — Саранск : МГПУ им. М. Е. Евсевьева, 2021. — 225 с. — ISBN 978-5-8156-1384-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/258914> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3. Орехова, И. Л. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебно-методическое пособие / И.Л. Орехова, Н.Н. Щелчкова, Е.А. Романова. — Москва : ИНФРА-М, 2019. — 179 с. — (Высшее образование). - ISBN 978-5-16-108382-6. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/1077328> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: по подписке.

## **Программное обеспечение**

1. Astra Linux Special Edition – операционная система со встроенными верифицированными средствами защиты информации.
2. Почта VK WorkMail – корпоративная почта для бизнеса.
3. КонтурТолк – российский сервис для видеоконференций
4. КонсультантПлюс – кроссплатформенная справочная правовая система, разработанная в России.
5. Антиплагиат ВУЗ – система проверки текстов на уникальность.

6. МАРК-SQL – автоматизированная информационно-библиотечная система (АИБС).
7. Антивирус Касперского – антивирусное программное обеспечение, разрабатываемое «Лабораторией Касперского».

### **Электронные ресурсы**

- 1.Электронная библиотечная система «Лань»: <https://e.lanbook.com/>
- 2.Электронная библиотечная система «Znanium»: <https://znanium.ru/>
- 3.Образовательная платформа «Юрайт»: <https://urait.ru/>
- 4.Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: <https://elibrary.ru/>
- 5.Справочно-правовая система «КонсультантПлюс»: <http://www.consultant.ru/>
- 6.Polpred.com. Обзор СМИ: <https://polpred.com/news>
- 7.Национальная электронная библиотека: <https://rusneb.ru/>
- 8.Электронная Библиотека РГУ СоцTex: [https://portal.rgust.ru/biblio\\_cat](https://portal.rgust.ru/biblio_cat)

### **Тема 3. Острые инфекционные заболевания. Профилактика и первая помощь.**

1. Понятие об эпидемии и эпидемическом процессе. Три звена эпидемического процесса: источник инфекции, пути и механизмы передачи, восприимчивый организм.
2. Понятие об инфекционном процессе. Классификация инфекционных заболеваний. Стадии инфекционного процесса.
3. Специфическая и неспецифическая профилактика инфекционных заболеваний.
4. Национальный календарь профилактических прививок и прививок по эпидемиологическим показаниям.
5. Способы оказания первой помощи при различных инфекционных заболеваниях: ОРИ, детские инфекции, кишечные инфекции, инфекции, передающиеся парентеральным путем, контактно- бытовым; ИППП и др.
6. Особо опасные инфекции: механизмы распространения и профилактика. Эпидемиологическая безопасность.
7. Факторы риска возникновения и профилактика распространения инфекционных заболеваний при чрезвычайных ситуациях.

### **Основная литература**

1. Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебник и практикум для вузов / М. Н. Мисюк. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 379 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17449-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/559832> (дата обращения: 24.10.2025).

2. Даудова, Р. Д. Основы медицинских знаний : Учебное пособие / Р. Д. Даудова. — Махачкала : ДГПУ, 2024. — 142 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/442709> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### **Дополнительная литература**

1. Основы медицинских знаний : учебно-методическое пособие / И. Н. Корнева, Е. Е. Лутовина, В. Ю. Сафонова, А. М. Суздалева. — Оренбург : ОГПУ, 2023. — 128 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/369986> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

2. Киреева, Ю. В. Основы медицинских знаний : учебное пособие / Ю. В. Киреева, Л. Е. Игнатьева. — Саранск : МГПУ им. М. Е. Евсевьева, 2021. — 225 с. — ISBN 978-5-8156-1384-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. —

URL: <https://e.lanbook.com/book/258914> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3. Орехова, И. Л. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебно-методическое пособие / И.Л. Орехова, Н.Н. Щелчкова, Е.А. Романова. — Москва : ИНФРА-М, 2019. — 179 с. — (Высшее образование). - ISBN 978-5-16-108382-6. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/1077328> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: по подписке.

### **Программное обеспечение**

1. Astra Linux Special Edition – операционная система со встроенными верифицированными средствами защиты информации.
2. Почта VK WorkMail – корпоративная почта для бизнеса.
3. КонтурТолк – российский сервис для видеоконференций.
4. КонсультантПлюс – кроссплатформенная справочная правовая система, разработанная в России.
5. Антиплагиат ВУЗ – система проверки текстов на уникальность.
6. МАРК-SQL – автоматизированная информационно-библиотечная система (АИБС).
7. Антивирус Касперского – антивирусное программное обеспечение, разрабатываемое «Лабораторией Касперского».

### **Электронные ресурсы**

1. Электронная библиотечная система «Лань»: <https://e.lanbook.com/>
2. Электронная библиотечная система «Znanium»: <https://znanium.ru/>
3. Образовательная платформа «Юрайт»: <https://urait.ru/>
4. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: <https://elibrary.ru/>
5. Справочно-правовая система «КонсультантПлюс»: <http://www.consultant.ru/>
6. Polpred.com. Обзор СМИ: <https://polpred.com/news>
7. Национальная электронная библиотека: <https://rusneb.ru/>
8. Электронная Библиотека РГУ СоцТех: [https://portal.rgust.ru/biblio\\_cat](https://portal.rgust.ru/biblio_cat)

### **Тема 4. Неинфекционные заболевания. Профилактика и первая помощь.**

1. Эпидемиология неинфекционных заболеваний.
2. Патология сердечно-сосудистой системы (ИБС, инфаркт миокарда, аритмии, гипертония, коллапс и др.). Факторы риска, симптомы, профилактика, первая помощь при неотложных состояниях.
3. Болезни нервной системы (нарушения мозгового кровообращения, судорожные состояния, неврозы и др.). Факторы риска, симптомы, профилактика, первая помощь при неотложных состояниях.
4. Патология дыхательной системы (бронхиальная астма и др.).
5. Этиология, симптомы, профилактика, первая помощь при неотложных состояниях.
6. Патология пищеварительной системы (гастрит, язвенная болезнь, острый панкреатит и др.). Этиология, симптомы, профилактика, первая помощь при неотложных состояниях.
7. Патология эндокринной системы (сахарный диабет, гипо- и гипертиреоз и др.). Этиология, симптомы, профилактика. Первая помощь при гипо- и гипергликемических состояниях.
8. Понятие «острый живот»: возможные причины, симптомы, алгоритм оказания первой помощи.
9. Болезни мочевой системы (острый цистит, почечная колика и др.).

10. Этиология, симптомы, профилактика, первая помощь при неотложных состояниях.
11. Онкологическая настороженность.

## **Основная литература**

1. Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебник и практикум для вузов / М. Н. Мисюк. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 379 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17449-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/559832> (дата обращения: 24.10.2025).

2. Даудова, Р. Д. Основы медицинских знаний : Учебное пособие / Р. Д. Даудова. — Махачкала : ДГПУ, 2024. — 142 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/442709> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### **Дополнительная литература**

1. Основы медицинских знаний : учебно-методическое пособие / И. Н. Корнева, Е. Е. Луговина, В. Ю. Сафонова, А. М. Суздалева. — Оренбург : ОГПУ, 2023. — 128 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/369986> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. Пользователей.

2. Киреева, Ю. В. Основы медицинских знаний : учебное пособие / Ю. В. Киреева, Л. Е. Игнатьева. — Саранск : МГПУ им. М. Е. Евсевьева, 2021. — 225 с. — ISBN 978-5-8156-1384-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/258914> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3. Орехова, И. Л. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебно-методическое пособие / И.Л. Орехова, Н.Н. Щелчкова, Е.А. Романова. — Москва : ИНФРА-М, 2019. — 179 с. — (Высшее образование). - ISBN 978-5-16-108382-6. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/1077328> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: по подписке.

## **Программное обеспечение**

1. Astra Linux Special Edition – операционная система со встроенными верифицированными средствами защиты информации.
2. Почта VK WorkMail – корпоративная почта для бизнеса.
3. КонтурТолк – российский сервис для видеоконференций.
4. КонсультантПлюс – кроссплатформенная справочная правовая система, разработанная в России.
5. Антиплагиат ВУЗ – система проверки текстов на уникальность.
6. MARK-SQL – автоматизированная информационно-библиотечная система (АИБС).
7. Антивирус Касперского – антивирусное программное обеспечение, разрабатываемое «Лабораторией Касперского».

## **Электронные ресурсы**

1. Электронная библиотечная система «Лань»: <https://e.lanbook.com/>
2. Электронная библиотечная система «Znanium»: <https://znanium.ru/>
3. Образовательная платформа «Юрайт»: <https://urait.ru/>
4. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: <https://elibrary.ru/>
5. Справочно-правовая система «КонсультантПлюс»: <http://www.consultant.ru/>

6. Polpred.com. Обзор СМИ: <https://polpred.com/news>
7. Национальная электронная библиотека: <https://rusneb.ru/>
8. Электронная Библиотека РГУ СоцТех: [https://portal.rgust.ru/biblio\\_cat](https://portal.rgust.ru/biblio_cat)

### **Тема 5. Первая помощь при травмах и несчастных случаях.**

1. Понятие «травмы». Классификация травм, первая помощь, осложнения. Профилактика детского травматизма в образовательном учреждении. Раны и их классификация. Первичная обработка раны.
2. Кровотечения: признаки, классификация. Первая помощь при различных видах кровотечений.
3. Понятие о травматическом шоке, причины, признаки, профилактика. Алгоритм оказания первой помощи при травматическом шоке.
4. Способы иммобилизации и транспортировки при различных переломах.
5. Термические поражения: ожоги и отморожения. Симптомы, первая помощь. Виды и признаки утопления. Первая помощь.
6. Электротравмы: признаки и способы оказания первой помощи.
7. Первая помощь при укусах животных и насекомых. Острые аллергические реакции (крапивница, отек Квинке, анафилаксия): симптомы и первая помощь.
8. Неинфекционные отравления. Первая помощь.
9. Инородные тела в глазах, ушах, в верхних дыхательных путях.
10. Симптомы, первая помощь. Терминальные состояния. Понятие клинической и биологической смерти. Правила оказания сердечной легочной реанимации. Базовая сердечно- легочная реанимация. Особенности сердечно-легочной реанимации у пострадавших различных возрастных групп. Критерии оценки реанимационных мероприятий.

### **Основная литература**

1. Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебник и практикум для вузов / М. Н. Мисюк. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 379 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17449-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/559832> (дата обращения: 24.10.2025).

2. Даудова, Р. Д. Основы медицинских знаний : Учебное пособие / Р. Д. Даудова. — Махачкала : ДГПУ, 2024. — 142 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/442709> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### **Дополнительная литература**

1. Основы медицинских знаний : учебно-методическое пособие / И. Н. Корнева, Е. Е. Луговина, В. Ю. Сафонова, А. М. Суздалева. — Оренбург : ОГПУ, 2023. — 128 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/369986> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. Пользователей.

2. Киреева, Ю. В. Основы медицинских знаний : учебное пособие / Ю. В. Киреева, Л. Е. Игнатьева. — Саранск : МГПУ им. М. Е. Евсеева, 2021. — 225 с. — ISBN 978-5-8156-1384-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/258914> (дата обращения: 24.10.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3. Орехова, И. Л. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебно-методическое пособие / И.Л. Орехова, Н.Н. Щелчкова, Е.А. Романова. — Москва : ИНФРА-М, 2019. — 179 с. — (Высшее образование). - ISBN 978-5-16-108382-6. - Текст :

электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/1077328> (дата обращения: 24.10.2025). – Режим доступа: по подписке.

### **Программное обеспечение**

1. Astra Linux Special Edition – операционная система со встроенными верифицированными средствами защиты информации.
2. Почта VK WorkMail – корпоративная почта для бизнеса.
3. КонтурТолк – российский сервис для видеоконференций
4. КонсультантПлюс – кроссплатформенная справочная правовая система, разработанная в России.
5. Антиплагиат ВУЗ – система проверки текстов на уникальность.
6. MAPK-SQL – автоматизированная информационно-библиотечная система (АИБС).
7. Антивирус Касперского – антивирусное программное обеспечение, разрабатываемое «Лабораторией Касперского».

### **Электронные ресурсы**

1. Электронная библиотечная система «Лань»: <https://e.lanbook.com/>
2. Электронная библиотечная система «Znaniум»: <https://znanium.ru/>
3. Образовательная платформа «Юрайт»: <https://urait.ru/>
4. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: <https://elibrary.ru/>
5. Справочно-правовая система «КонсультантПлюс»: <http://www.consultant.ru/>
6. Polpred.com. Обзор СМИ: <https://polpred.com/news>
7. Национальная электронная библиотека: <https://rusneb.ru/>
8. Электронная Библиотека РГУ СоцТех: [https://portal.rgust.ru/biblio\\_cat](https://portal.rgust.ru/biblio_cat)

## ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ