

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Узунова Галина Петровна  
Должность: Директор  
Дата подписания: 21.09.2023 15:21:03  
Уникальный программный ключ:  
ec29c88afcd483fc3f14efec2358d7c1514c1d4f0b74e9301e46ae881f9e5f

АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
«ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ»  
«ОТКРЫТЫЙ ТАВРИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

УТВЕРЖДАЮ

Директор

АНО «ПОО» «Открытый

Таврический колледж»

Г.П. Узунова

2022 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
ОП.08 МЕДИКО-СОЦИАЛЬНЫЕ ОСНОВЫ ЗДОРОВЬЯ В ТУРИЗМЕ  
( код, наименование)

ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ

43.02.10 ТУРИЗМ

(код, наименование)

СПЕЦИАЛИСТ ПО ТУРИЗМУ

(квалификация)

БАЗОВЫЙ УРОВЕНЬ ПОДГОТОВКИ

(базовый, углубленный)

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

ОЧНАЯ

Симферополь, 2022 г.

РАССМОТРЕНА и ОДОБРЕНА  
на заседании цикловой комиссии

Протокол № 1  
от «30» 08 2022 г.

Председатель цикловой комиссии

  
(Подпись, Ф.И.О.)

Разработана на основе Федерального  
государственного образовательного  
стандарта по специальности среднего  
профессионального образования  
43.02.10 Туризм  
(код, наименование специальности)

Разработчик:

Трегубова А.К., преподаватель  
Ф.И.О., ученая степень, звание, должность,

## СОДЕРЖАНИЕ

	Стр.
<b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>4</b>
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>6</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>12</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>14</b>

## 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.

### 1.1. Область применения программы.

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности **43.02.10 Туризм**. Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована преподавателями СПО для осуществления профессиональной подготовки специалистов среднего звена технического профиля.

### 1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Дисциплина относится к группе общепрофессиональных дисциплин профессионального цикла

### 1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

- основы создания и поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций;
- методику создания и поддержки безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций;
- основные причины социально значимых заболеваний;
- параметры жизнедеятельности человека;
- об основных группах пищевых продуктов о профилактике пищевых отравлений и токсикоинфекций;
- основные принципы гигиены закаливания и физического воспитания;
- правила оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях;
- правила оказания экстренной психологической помощи в экстремальных ситуациях;

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

- создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций;
- использовать методику создания и поддержки безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций;
- определять основные причины социально значимых заболеваний;
- идентифицировать параметры жизнедеятельности человека;
- ориентироваться в основных группах пищевых продуктов;
- проводить профилактические мероприятия пищевых отравлений и токсикоинфекций;
- реализовывать основные принципы гигиены закаливания и физического воспитания;
- оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях;
- оказывать экстренную психологическую помощь в экстремальных ситуациях;

### 1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося **75** часа, в том числе:  
 обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося **49** часов;  
 самостоятельной работы обучающегося **26** часа

## 2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы.

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>75</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>49</b>
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>26</b>
<b>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета</b>	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины.

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) (если предусмотрены)	Объем часов	Уровень освоения
<b>Введение</b>	Актуальность изучения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности». Цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения и понятия.	2	1
<b>РАЗДЕЛ 1. Основы медико-биологических знаний (туристический аспект) и здорового образа жизни</b>		<b>26</b>	
<b>1.1 Введение в дисциплину «Медико-социальные основы здоровья в туризме»</b>	1. Основы медико-социальных знаний, как залог успешной деятельности в сфере туризма; 2. Объект, предмет и методы исследования социальной медицины; 3. Социально-культурные основы здоровья;	2	1
<b>1.2 Здоровье человека как медико-социальная характеристика его благополучия</b>	1. Определения понятия «здоровье». Компоненты здоровья; 2. Концепции здоровья. Факторы, определяющие здоровье и болезнь; 3. Критерии оценки общественного и индивидуального здоровья; 4. Оздоровительные доктрины мира.	2	2
	Семинар № 1. «Теоретические основы дисциплины «Медико-социальные основы здоровья в туризме»	2	
<b>1.3. Внутренние органы и функциональные системы организма человека</b>	1. Организм, как единое целое. Регуляторные функции организма. 2. Нервная система ее значение и функции. 3. Система органов кровообращения; 4. Функциональная активность организма, гиподинамия; 5. Органы дыхания. Гипоксия;	2	1-2
<b>1.4 Социально значимые инфекционные и неинфекционные заболевания</b>	1. Общая характеристика социально значимых заболеваний; 2. Социально значимые неинфекционные заболевания: понятие, виды, характеристика; 3. Социально значимые инфекционные заболевания: понятие, виды, характеристика; 4. Государственная политика в области профилактики и лечения социально значимых заболеваний.	2	
	Семинар № 2. Введение в медицину. Основные понятия, термины	2	
<b>1.5 Туризм, как основа формирования здорового образа жизни</b>	1. Образ жизни, как биосоциальная категория 2. Образ жизни и здоровье (туристический аспект) 3. Двигательная активность и здоровье	2	
<b>1.6 Закаливание организма в практике туризма.</b>	1. Физиологическая сущность закаливания 2. Виды закаливания. Оценка состояния туриста при закаливании. 3. Эмоциональный аспект закаливания	2	

	4. Взаимосвязь закаливания и иммунитета		
	Семинар № 3. Основы законодательства РФ об охране здоровья граждан	2	
<b>1.7 Медико-биологическая эффективность спортивно-оздоровительного туризма</b>	1. Социальная роль спортивно-оздоровительного туризма 2. Спортивно-оздоровительный туризм и климатоландшафтотерапия 3. Медико-биологическая эффективность спортивно-оздоровительного туризма	2	
<b>1.8 Медико-социальные последствия употребления психоактивных веществ (ПАВ)</b>	1. Опасные психоактивные вещества, их классификация 2. Демографические, экономические и нравственно-правовые последствия употребления ПАВ 3. Медико-психологические последствия употребления ПАВ	2	
	Семинар № 4. Медико-социальные аспекты здорового питания	2	
<b>1.9 Медико-социальные факторы определяющие психическое здоровье человека</b>	1. Факторы, формирующие психическое здоровье и причины нарушений; 2. Основные нарушения психического здоровья; 3. Методы нормализации психического состояния в постстрессовой ситуации.	2	
<b>Раздел 2. Основы оказания первой медико-психологической (доврачебной) неотложной помощи</b>		<b>23</b>	
<b>2.1 Экстренная психологическая помощь в экстремальных ситуациях</b>	1. Понятие экстренной психологической помощи 2. Правила оказания экстренной психологической помощи 3. Оказания экстренной помощи при неблагоприятных психических состояниях	2	2
	Практическое занятие № 1. Параметры жизнедеятельности. Клиническая смерть. Сердечно-легочная реанимация.	2	
<b>2.2 Первая медицинская помощь при ранениях и кровотечениях</b>	1. Раны и их классификация; 2. Виды кровотечения; 3. Средства и способы остановки артериального, венозного и капиллярного кровотечения 4. Первая медицинская помощь при ранениях и кровотечениях.	2	2
	Практическое занятие № 2. Общие реакции организма на повреждение. Кровотечение. Первая помощь при наружном и внутреннем кровотечении.	2	4
	Практическое занятие № 3. Оказание первой медицинской помощи при ожогах (термический, химический...). Солнечный и тепловой удар.	2	
	Практическое занятие № 4. Оказание первой медицинской помощи при отравлениях	2	
	Семинар № 5. Внезапные состояния при отравлениях ядовитыми грибами, растениями и при укусах насекомых, змей, животных	2	
	Практическое занятие № 5. Травмы. Оказание первой помощи при травмах	2	
	Практическое занятие № 6. Отморожения. Первая помощь при отморожении и общем замерзании.	2	
<b>2.3 Первая медицинская помощь</b>	1. Асфиксия. Разновидности асфиксии;	2	

<b>асфиксии и раневой инфекции</b>	2.Первая помощь при асфиксии; 3. Потеря сознания: признаки, причины, первая помощь; 4.Внезапные состояния при укушенных ранах. Раневая инфекция.		2
	Практическое занятие № 7. Доврачебная помощь в условиях быта и отдыха	2	
	Практическое занятие № 8. Электротравма. Первая помощь при травме от воздействия технического и атмосферного электричества.	1	
	Самостоятельная работа	26	
<b>Дифференцированный зачет</b>		<b>75</b>	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1. – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2. – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)
3. – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)



### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.

#### 3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению.

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета «Медико-социальные основы здоровья в туризме»

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- жгут, индивидуальный перевязочный пакет, медицинские аптечки;
- макет для проведения сердечно-легочной реанимации.

Технические средства обучения:

- интерактивная доска с лицензионным программным обеспечением;
- мультимедиапроектор для демонстрации слайдов, схем, таблиц и прочего материала, колонки, проектор и др.

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения.

##### Основные источники:

1. Артюнина, Г. П. Основы медицинских знаний. Здоровье, болезнь и образ жизни: учебное пособие для высшей школы / Г. П. Артюнина, С. А. Игнаткова. — Москва: Академический Проект, 2020. — 560 с.
2. Мактамкулова, Г. А. Основы психического здоровья: курс лекций / Г. А. Мактамкулова. — Липецк: Липецкий государственный технический университет, ЭБС АСВ, 2018. — с.108 с.
3. Ткаченко, В. С. Медико-социальные основы независимой жизни инвалидов / В.С. Ткаченко. - М.: Дашков и Ко, 2020. - 384 с.

##### Дополнительные источники:

1. Балаян, С. Е. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: методические указания к выполнению лабораторных работ / С. Е. Балаян. — Набережные Челны: Набережночелнинский государственный педагогический университет, 2014. — 80 с.
4. Гулак, А. С. Медико-социальные основы: Опорный конспект лекций/ А. С. Гулак. - Симферополь: АНО"ООВО" "УЭУ", 2017. - 96 с.
5. Зарецкий, А. Д. Менеджмент социальной работы / А.Д. Зарецкий. - Москва: Гостехиздат, 2020. - 192 с
6. Костенко, Т. В. Медико-социальные основы здоровья и рекреации: Планы семинарских и практических занятий/ Т. В. Костенко. - Симферополь: АНО"ООВО" "УЭУ", 2019. - 39 с. Эр.
7. Маренчук, Ю. А. Опасные ситуации в населенных пунктах и помощь пострадавшим: учебное пособие (лабораторный практикум) / Ю. А. Маренчук, С. Ю. Рожков, М. А. Куксова. — Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2019. — 144 с.
8. Маренчук, Ю. А. Основы здорового образа жизни: учебное пособие (лабораторный практикум) / Ю. А. Маренчук, С. Ю. Рожков. — Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2019. — 158 с.
9. Орехова, И. Л. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебно-методическое пособие / И. Л. Орехова. — Челябинск: Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2017. — 174 с.

10. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: практикум / составители С. С. Давыдова, А. И. Петкевич. — Липецк: Липецкий государственный педагогический университет имени П.П. Семёнова-Тян-Шанского, 2019. — 94 с.

Электронные ресурсы «Безопасность жизнедеятельности». Форма доступа: [www.bti.secna.ru](http://www.bti.secna.ru) ; [ru.wikipedia.org](http://ru.wikipedia.org)

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.

**Контроль и оценка** результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формируемые общеучебные и профессиональные компетенции	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p><b>Освоенные умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;</li> <li>• предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;</li> <li>• применять первичные средства пожаротушения;</li> <li>• применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;</li> <li>• владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных ситуациях;</li> <li>• оказывать первую помощь пострадавшим;</li> </ul> <p><b>Усвоенные знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и в быту, принципы снижения вероятности их реализации;</li> <li>- меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;</li> <li>- организация и порядок призыва граждан на военную службу и поступление на неё в</li> </ul>	<p>В результате освоения дисциплины обучающийся должен овладеть общеучебными компетенциями по четырём блокам:</p> <p>а) самоорганизация (уметь организовывать свою учебную деятельность);</p> <p>б) самообучение (уметь учиться, самостоятельно добывать знания);</p> <p>в) информационный блок (уметь подбирать учебную литературу и осуществлять поиск необходимой информации);</p> <p>г) коммуникативный блок (умение общаться, налаживать связи с другими обучающимися и с другими преподавателями, грамотно отстаивать свою точку зрения).</p> <p>ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.</p> <p>ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.</p> <p>ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.</p> <p>ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации,</p>	<p><b>Формы контроля обучения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- домашние задания проблемного характера;</li> <li>- практические задания по работе с информацией, документами, литературой;</li> <li>- подготовка и защита индивидуальных и групповых заданий проектного характера.</li> </ul> <p><b>Формы оценки результативности обучения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- накопительная система баллов, на основе которой выставляется итоговая отметка.</li> <li>- традиционная система отметок в баллах за каждую выполненную работу, на основе которых выставляется итоговая отметка.</li> </ul> <p><b>Методы контроля направлены на проверку умения учащихся:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнять условия</li> </ul>

<p>добровольном порядке;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащений воинских подразделений) в которых имеются военно-учётные специальности, родственные специальностям СПО;</li> <li>- область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;</li> <li>- порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.</li> </ul>	<p>необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.</p> <p>ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.</p> <p>ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий.</p> <p>ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.</p> <p>ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.</p> <p>ПК 2.1. Контролировать готовность группы, оборудования и транспортных средств к выходу на маршрут.</p> <p>ПК 2.2. Инструктировать туристов о правилах поведения на маршруте.</p> <p>ПК 2.3. Координировать и контролировать действия туристов на маршруте.</p> <p>ПК 2.4. Обеспечивать безопасность туристов на маршруте.</p>	<p>задания на творческом уровне с представлением собственной позиции;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- делать осознанный выбор способов действий из ранее известных;</li> <li>- осуществлять коррекцию (исправление) сделанных ошибок на новом уровне предлагаемых заданий;</li> <li>- работать в группе и представлять как свою, так и позицию группы;</li> </ul> <p><b>Методы оценки результатов обучения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- мониторинг роста творческой самостоятельности и навыков получения нового знания каждым обучающимся;</li> <li>- формирование результата итоговой аттестации по дисциплине на основе суммы результатов текущего контроля.</li> </ul>
---	---	--