


МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«РЯЗАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ С.А. ЕСЕНИНА»

Утверждаю:  
Декан  
физико-математического  
факультета  
 Н.Б. Федорова  
«30» августа 2019 г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

### **Основы медицинских знаний**

Уровень основной профессиональной образовательной программы  
бакалавриат

Направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование  
(с двумя профилями подготовки)

Направленность (профиль) подготовки Математика и Физика

Форма обучения очная

Сроки освоения ОПОП нормативный срок освоения 5 лет

Факультет физико-математический

Кафедра охраны здоровья и безопасности жизнедеятельности

Рязань, 2019

## **ВВОДНАЯ ЧАСТЬ**

### **1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

Целями освоения дисциплины «Основы медицинских знаний» являются формирование у обучающихся общекультурных компетенций, установленных ФГОС ВО, в процессе изучения, применения, установления норм здоровьесберегающего поведения человека.

### **2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОПОП ВУЗА**

2.1. Дисциплина Б1.О.03.02 «Основы медицинских знаний» относится к обязательной части Блока 1

2.2. Для изучения данной дисциплины необходимы следующие предшествующие дисциплины:

- Возрастная анатомия, физиология и гигиена,
- Физическая культура и спорт

2.3. Перечень последующих дисциплин, для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной дисциплиной:

- Прикладная физическая культура (элективные дисциплины по физической культуре и спорту)
- ГИА

2.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы

Изучение данной дисциплины направлено на формирование у обучающихся универсальных (УК) компетенций:

| № п/п | Код и содержание компетенции   | Код и наименование индикатора достижения компетенции   | Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине<br>В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:  |   |  |
|-------|--|--|--|---|--|
|       |  |  | 4  | 5   | 6  |
| 1.    | УК -7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | УК-7.1. Осуществляет выбор средств и методов контроля индивидуального физического развития и уровня физической подготовленности  | Знать<br>Важнейшие факторы обеспечения здоровья взрослого и детского населения; общие закономерности формирования физической культуры личности;<br>теоретические и практические основы физического воспитания и самовоспитания | Уметь<br>Включиться в здоровый образ жизни; применять методы, способствующие повышению адаптационных резервов организма, общему оздоровлению; применять на практике методики физической культуры и физического воспитания | Владеть<br>Знаниями о здоровье и здоровом образе жизни; основами методики физического самовоспитания и самосовершенствования; разнообразными двигательными навыками, элементами многих видов спорта.                           |
| 2.    | УК-8 Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций               | УК-8.3.<br>Использует методы защиты в чрезвычайных ситуациях, формирует культуру безопасного и ответственного поведения; разъясняет правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного, техногенного | Знать<br>Правовые и организационные основы безопасности жизнедеятельности, обеспечение экологической безопасности.   | Уметь<br>Определять и дифференцировать современную методическую литературу по решению проблем безопасности жизнедеятельности; определять степень опасности  | Владеть<br>Навыками организации защиты персонала объекта от поражающих факторов ЧС в соответствии с законодательной базой; мерами безопасности в повседневной трудовой деятельности, не допускать нарушений производственной и |

|  |  |   |  |   |  |
|--|--|---|--|---|--|
|  |  | и социального характера;<br>оказывает первую<br>помощь. |  | угрожающих факторов<br>для культурного<br>наследия,<br>предотвращать<br>негативные<br>последствия<br>природной и<br>социальной<br>среды для памятников<br>культуры. | технологической<br>дисциплины, требований<br>экологической<br>безопасности, которые<br>могут привести к<br>чрезвычайным ситуациям на<br>объекте. |
|--|--|---|--|---|--|

## ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

### 1. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

| Вид учебной работы   | Всего часов | Семестры |
|--|-------------|----------|
|  |             | №2 часов |
| 1  | 2           | 3        |
| 1. Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего) | 34          | 34       |
| В том числе:   |             |          |
| Лекции (Л)   | 16          | 16       |
| Практические занятия (ПЗ), Семинары (С)  | 18          | 18       |
| Лабораторные работы (ЛР)   | -           |          |
| Иные учебные занятия (индивидуальные занятия, групповые занятия и др.)               |             |          |
| 2. Самостоятельная работа студента (всего)   | 38          | 38       |
| Курсовая работа  | КП          |          |
|  | КР          |          |
| Вид промежуточной аттестации   | зачет (З),  | 3        |
|  | экзамен (Э) |          |
| ИТОГО: общая трудоемкость  | часов       | 72       |
|  | зач. ед.    | 2        |

## 2. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Содержание разделов дисциплины

| № Семестра | № Раздела | Наименование раздела дисциплины         | Содержание раздела в дидактических единицах  |
|------------|-----------|---|--|
| 2          | 1         | Теоретические основы медицинских знаний | <p>Определение медицины и здравоохранения. Основные принципы охраны здоровья населения. Профилактика заболеваний (первичная, вторичная, третичная).</p> <p>Нормативно-правовая база охраны здоровья населения.</p> <p>Международные организации медико-социального профиля (ВОЗ, Общество Международного Красного Креста и Красного полумесяца). Всеобщая декларация прав человека, Декларация прав ребенка.</p> <p>Типы систем здравоохранения в РФ. Медицинское страхование.</p> <p>Организация и структура здравоохранения в России. Первичная медико-санитарная помощь. Диспансеризация населения.</p> <p>Медико-социальные основы охраны материнства. Лечебно-профилактические учреждения акушерско-гинекологического профиля: структура, функции. Высокотехнологичная акушерско-гинекологическая помощь.</p> <p>Медико-социальные основы охраны детства. Лечебно-профилактические учреждения педиатрического профиля.</p> <p>Характеристика особенностей деятельности, территориальный принцип, диспансерное наблюдение. Комплексная оценка состояния здоровья детей. Медико-социальные аспекты защиты детей инвалидов.</p>  |
| 2          | 2         | Здоровье и образ жизни                  | <p>Понятие «здоровье». Определение здоровья по ВОЗ. Цели и задачи изучения состояния здоровья населения. Уровни здоровья. Критерии оценки индивидуального и общественного здоровья. Состояние, закономерности и динамика общественного здоровья населения РФ.</p> <p>Факторы, влияющие на здоровье человека, их соотношение. Образ жизни и виды активности: трудовая, внеуродовая, социальная, культурная, медицинская, экология и здоровье: воздушная среда, водная среда, состояние педосферы, экология жилых и общественных помещений, климатические факторы. Здоровье и наследственность. Биологические и социальные компоненты наследственность человека. Состояние здравоохранения: качество, своевременность, полнота, адекватность, экономичность.</p> <p>Здоровый образ жизни (ЗОЖ). Определение. Составляющие ЗОЖ: организация питания, режим труда и отдыха, организация сна, двигательная активность, личная гигиена и закаливание, профилактика вредных привычек, культура сексуального поведения и планирование семьи, культура межличностного общения. Принципы ЗОЖ.</p> <p>Основные направления и методы пропаганды ЗОЖ. Роль учителя в формировании здоровья учащихся и профилактике заболеваний. Совместная деятельность школы и семьи в формировании здоровья и ЗОЖ учащихся.</p> |
| 2          | 3         | Первая                                  | Понятие о травме, травматизме. Классификация травматизма.  |

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
|   |   | <p>медицинская помощь при травмах</p>   | <p>Открытые и закрытые повреждения мягких тканей. Характеристика детского травматизма. Меры профилактики травм и первая помощь при них.</p> <p>Понятие о ране. Классификация по происхождению, по характеру повреждения тканей, по степени инфицированности, по сложности, по локализации. Основные признаки. Первая помощь. Понятие о десмургии. Правила наложения бинтовых повязок. Повязки на различные части тела. Косыночные повязки.</p> <p>Закрытые повреждения (травмы) мягких тканей. Ушибы. Растяжения. Разрывы. Сотрясения. Механизм возникновения. Симптомы. Первая помощь пострадавшим.</p> <p>Вывихи. Классификация. Абсолютные и относительные симптомы. Первая помощь пострадавшим.</p> <p>Переломы. Классификация. Абсолютные и относительные симптомы. Первая помощь. Профилактика травматического шока. Правила транспортной иммобилизации особенности эвакуации пострадавшего в лечебное учреждение.</p>  |
| 2 | 4 | <p>Первая медицинская помощь при неотложных состояниях и уход за больными</p> | <p>Понятие о неотложных состояниях. Причины и факторы их вызывающие. Первая медицинская помощь (ПМП). ПМП при нарушении сознания. ПМП при болевом синдроме. ПМП при кровотечениях. ПМП при аллергии. ПМП при асфиксии. ПМП при температурных реакциях. ПМП при судорогах. ПМП при стрессе.</p> <p>Общие принципы ухода за больными. Личная гигиена больного: уход за кожей, за волосами, за полостью рта, за ушами, носом, глазами. Смена постельного и нательного белья. Питание больных. Основные принципы, режим и организация лечебного питания.</p> <p>Измерение температуры тела. Физиологические колебания температуры человеческого тела. Лихорадка. Уход за лихорадящими больными. Меры воздействия на кровообращения. Основы водолечения, компрессы и припарки, применение сухого тепла и холода. Применение горчичников, банок, пиявок. Наблюдение и уход за больными с нарушениями функций системы дыхания. Наблюдение и уход за больными с нарушением функций сердечно-сосудистой системы. Определение пульса, определение артериального давления. Наблюдения и уход за больными с нарушением функций пищеварения: промывание желудка, постановка клизмы, введение газоотводной трубки. Пути введения лекарственных веществ в организм. Техника подкожной и внутримышечной инъекций.</p> <p>Понятие об эпидемиологии. Определение эпидочага и эпидпроцесса. Формы эпидпроцесса. Основные черты инфекционных заболеваний. Три звена эпидпроцесса. Основные направления борьбы с инфекционными заболеваниями. Понятие об иммунитете. Виды иммунитета. Факторы, снижающие и повышающие иммунитет.</p> |

2.2. Перечень лабораторных работ *не предусмотрено* примерная тематика курсовых работ *не предусмотрено*

### 3. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТА

Самостоятельная работа осуществляется в объеме 38 часов.

Видами СРС являются:

- подготовка к устному собеседованию по теоретическим вопросам;
- подготовка к защите рефератов (электронных презентаций);
- подготовка к контрольной работе;
- подготовка к тестированию;
- подготовка к отработке практического навыка;
- написание конспекта.

Формами текущего контроля успеваемости являются:

- презентация реферата на семинарском занятии;
- написание контрольной работы;
- написание тестового контроля;
- опрос обучающихся на занятиях семинарского типа;
- отработка практического навыка.

### 4. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

(см. Фонд оценочных средств)

### 5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 5.1. Основная литература

| № п/п | Автор (ы), наименование, вид издания, место издания и издательство, год   |
|-------|---|
| 1     | 2   |
| 1     | Рубанович, В.Б. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебное пособие / В.Б. Рубанович, Р.И. Айзман, М.А. Суботялов. - 2-е изд., стер. - Новосибирск : Сибирское университетское издательство, 2010. - 224 с.<br>URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=57603">//biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=57603</a> (дата обращения: 10.08.2019). |
| 2     | Социальная медицина : учебник для бакалавров / под ред. А. В. Мартыненко. – Москва : Юрайт, 2015. – 475 с. (дата обращения: 10.08.2019).  |

#### 5.2. Дополнительная литература

| № п/п | Автор (ы), наименование, вид издания, место издания и издательство, год  |
|-------|--|
| 1.    | Артюнина Г.П. Основы социальной медицины: Учебное пособие для вузов. М: Академический проект, 2016. – 576 с.   |
| 2.    | Белов, В.Г. Первая медицинская помощь : учебное пособие / В.Г. Белов, З.Ф. Дудченко. - СПб. : Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы, 2014. - 144 с. : ил. - Библиогр.: с. 129-131. |



|     |  |
|-----|--|
| 3.  | ВИЧ-инфекция : методические рекомендации / авт.-сост. А.Д. Николаева ; Ряз. гос. ун-т им. С.А. Есенина. – Рязань, 2011. – 24 с.  |
| 4.  | Вич-инфекция и СПИД : национальное руководство/под ред. Академика РАМН В.В. Покровского. – Москва, 2013. – 608 с.  |
| 5.  | Здоровый образ жизни и его составляющие : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Е.Н. Назарова, Ю.Д. Жилов. – 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 256 с.   |
| 6.  | Здоровый образ жизни и физическое совершенствование: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Г.С. Туманян. – 3-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2009. – 336 с.   |
| 7.  | Инфекции, передаваемые половым путем : методические рекомендации / авт. Сост. А.Д. Николаева, Е.А. Гревцова ; Ряз. гос. ун-т им. С.А. Есенина. – Рязань, 2011. – 40 с.   |
| 8.  | Кувшинов, Ю.А. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебное пособие / Ю.А. Кувшинов ; Министерство культуры Российской Федерации, ФГБОУ ВПО «Кемеровский государственный университет культуры и искусств», Институт социально-культурных технологий, Кафедра социальной педагогики. - Кемерово : КемГУКИ, 2013. - 183 с. |
| 9.  | Наркомании и их профилактика: учебное пособие / Сост. А.П. Лиферов, В.Ф. Горбич, Е.А. Гревцова, Т.Д. Здольник; под ред. А.П. Лиферова; Ряз. гос. пед. ун-т им. С.А. Есенина. – Рязань, 2007. – 180 с.  |
| 10. | Основы социальной медицины : учебное пособие / Е.Н. Назарова, Ю. Д. Жилов. – 3-е изд., испр. – М. : Академия, 2012. – 368 с.   |
| 11. | Щанкин, А.А. Курс лекций по основам медицинских знаний и здорового образа жизни : учебное пособие / А.А. Щанкин. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 97 с.   |

### 5.3 Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:

1. VOOR.ru [Электронный ресурс] : электронная библиотека. – Доступ к полным текстам по паролю. – Режим доступа: <http://www.book.ru> (дата обращения: 20.08.2019).

2. Moodle [Электронный ресурс] : среда дистанционного обучения / Ряз. гос. ун-т. – Рязань, [Б.г.]. – Доступ, после регистрации из сети РГУ имени С.А. Есенина, из любой точки, имеющей доступ к Интернету. – Режим доступа: <http://e-learn2.rsu.edu.ru/moodle2> (дата обращения: 20.08.2019).

3. Znanium.com [Электронный ресурс] : [база данных]. – Доступ к полным текстам по паролю. – Режим доступа: <http://znanium.com> (дата обращения: 20.08.2019).

4. «Издательство «Лань» [Электронный ресурс] : электронная библиотека. – Доступ к полным текстам по паролю. – Режим доступа: <http://e-lanbook.com> (дата обращения: 20.08.2019).

5. Университетская библиотека ONLINE [Электронный ресурс] : электронная библиотека. – Доступ к полным текстам по паролю. – Режим доступа: <http://www.biblioclub.ru> (дата обращения: 20.08.2019).

6. Юрайт [Электронный ресурс] : электронная библиотека. – Доступ к полным текстам по паролю. – Режим доступа: <http://www.biblio-online.ru> (дата обращения: 30.08.2019).

7. Труды преподавателей [Электронный ресурс] : коллекция // Электронная библиотека Научной библиотеки РГУ имени С.А. Есенина. – Доступ к полным

текстам по паролю. – Режим доступа:  
<http://dspace.rsu.edu.ru/xmlui/handle/123456789/3> (дата обращения: 20.08.2019).

5.4 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее – сеть «Интернет»), необходимых для освоения дисциплины:

1. Eсоportal [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://ecoportal.info>, свободный (дата обращения: 28.08.2019).

2. Ecoss [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://ecocollaps.ru>, свободный (дата обращения: 28.08.2019).

3. e.LIBRARY.RU [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. – Режим доступа: <https://elibrary.ru/defaultx.asp>, свободный (дата обращения: 28.08.2019).

4. Всемирная организация здравоохранения [Электронный ресурс] : официальный сайт. – Режим доступа: <http://www.who.int/ru>, свободный (дата обращения: 28.08.2019).

5. Все о первой помощи. Партнерство профессионалов первой помощи [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://allfirstaid.ru>, свободный (дата обращения: 28.08.2019).

6. Единое окно доступа к образовательным ресурсам [Электронный ресурс] : федеральный портал. – Режим доступа : <http://www.window.edu.ru>, свободный (дата обращения: 28.08.2019).

7. Информационно-обучающий портал по вопросам общей и специальной безопасности, способам выживания и поведения в современном мире [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.warning.dp.ua>, свободный (дата обращения: 28.08.2019).

8. КиберЛенинка [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru>, свободный (дата обращения: 28.08.2019).

9. МЧС России [Электронный ресурс] : официальный сайт. – Режим доступа: <http://www.mchs.gov.ru>, свободный (дата обращения: 28.08.2019).

#### 5.5. Периодические издания

1. Советский спорт
2. Физическая культура в школе
3. Экология человека (<https://www.elibrary.ru/contents.asp?titleid=9265>)

## 6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Указываются требования к аудиториям (помещениям, местам) для проведения занятий:

**6.1. Требования к аудиториям (помещениям, местам) для проведения занятий:** стандартно оборудованные лекционные аудитории для проведения интерактивных лекций – видеопроектор, экран настенный. Библиотека, имеющая учебные места для студентов, оснащенные компьютерной техникой с доступом к базам данных и сети Интернет.

**6.2. Требования к оборудованию рабочих мест преподавателя и обучающихся:** видеопроектор, ноутбук, переносной экран. На кафедральном ноутбуке установлен стандартный набор ПО:

Антивирус Kaspersky Endpoint Security (договор №14/03/2018-0142от 30/03/2018г.);

Офисное приложение Libre Office (свободно распространяемое ПО);

Архиватор 7-zip (свободно распространяемое ПО);

Браузер изображений Fast Stone ImageViewer (свободно распространяемое ПО);

PDF ридер Foxit Reader (свободно распространяемое ПО);

Медиа проигрыватель VLC mediaplayer (свободно распространяемое ПО);

Запись дисков Image Burn (свободно распространяемое ПО);

DJVU браузер DjVuBrowser Plug-in (свободно распространяемое ПО);

**6.3. Требования к специализированному оборудованию:** тонометры для измерения артериального давления, стандартные шины Крамера, комплект вакуумных шин, шина транспортная взрослая ШТПА, пульсометр, наборы для выполнения инъекций, наборы по уходу за больными, санитарные косынки, бинты медицинские, ростомер с весами, тренажер для постановки клизм.

**6.4. Требования к программному обеспечению учебного процесса:** отсутствуют.

## 7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

| Вид учебных занятий | Организация деятельности студента  |
|---------------------|--|
| Лекция              | Написание конспекта лекций: кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; помечать важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии. Уделить внимание |

|   |  |
|---|--|
|   | следующим понятиям (перечисление понятий) и др.  |
| Практические занятия                      | Проработка рабочей программы дисциплины, уделяя особое внимание целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом (указать текст из источника и др.), прослушивание аудио- и видеозаписей по заданной теме, решение расчетно-графических заданий, решений задач по алгоритму и др. |
| Контрольная работа/индивидуальные задания | Знакомство с основной и дополнительной литературой, включая справочные издания, зарубежные источники, конспект основных положений, терминов, сведений, требующихся для запоминания и являющихся основополагающими в этой теме. Составление аннотаций к прочитанным литературным источникам и др.   |
| Реферат/электронная презентация           | <i>Реферат:</i> Поиск литературы и составление библиографии, использование от 3 до 5 научных работ, изложение мнения авторов и своего суждения по выбранному вопросу; изложение основных аспектов проблемы. Ознакомиться со структурой и оформлением реферата.<br><i>Электронная презентация:</i> изучение научной, учебной, нормативной и другой литературы. Отбор необходимого материала. Составление и грамотное оформление слайдов.      |
| Отработка практического навыка            | Конспектирование кафедральных методических разработок, поиск ответов на поставленные вопросы, повторение действий по оказанию первой помощи за преподавателем.   |
| Подготовка к зачету                       | При подготовке к зачету необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др.   |

## 8. ТРЕБОВАНИЯ К ПРОГРАММНОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

| Набор ПО для кафедральных ноутбуков                              |                                     |
|--|-------------------------------------|
| Антивирус Kaspersky Endpoint Security                            | договор №02-3К-2019 от 15/04/2019г. |
| Операционная система WindowsPro (ms azure devtools for teaching) | договор №65/2019 от 02.10.2019г.    |
| Офисное приложение LibreOffice                                   | свободно распространяемое ПО        |
| Архиватор 7-zip  | свободно распространяемое ПО        |
| Браузер изображений FastStoneImageViewer                         | свободно распространяемое ПО        |
| PDF ридер FoxitReader  | свободно распространяемое ПО        |
| Медиа проигрыватель VLC media player                             | свободно распространяемое ПО        |
| Запись дисков ImageBurn  | свободно распространяемое ПО        |
| DJVU браузер DjVu Browser Plug-in                                | свободно распространяемое ПО        |