федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Кемеровский государственный медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации
(ФГБОУ ВО КемГМУ Минздрава России)

УТВЕРЖДАЮ:
Проректор по учебной работе
к.м.н., доцент _____ Шевченко О.А.
«30» 03 2017 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ВАЛЕОЛОГИЯ. СТРЕСС И СТРЕССРЕАКТИВНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА

Специальность	31.05.01 «Лечебное дело»
Квалификация выпускника	врач-лечебник
Форма обучения	очная
Факультет	лечебный
Кафедра-разработчик рабочей программы	нормальная физиология

Семестр	**Трудоемкость**		**Лекций, ч.**	**Лаб. практикум, ч.**	**Практ. занятий, ч.**	**Клинических практ. занятий, ч.**	**Семинаров, ч.**	**СРС, ч.**	**КР**	**Экзамен, ч**	**Форма промежуточного контроля (экзамен/ зачет)**
	зач. ед.	ч.									
III	2	72	12		36			24			зачет
Итого	2	72	12		36			24			**зачет**

Кемерово 2017

Лист изменений и дополнений РП

Дополнения и изменения в рабочей программе дисциплины
_____Валеология. Стресс и стрессреактивность человека_____

На 2017 - 2018 учебный год.

Перечень дополнений и изменений, внесенных в рабочую программу
В рабочую программу вносятся следующие изменения: 1. ЭБС 2017 г 2. Перераспределение учебной нагрузки по семестрам в соответствии с Рабочим учебным планом 2017-2018 уч. года 3. Сокращение учебного объема дисциплины на 1 з.е.

№ п/п	Наименование и краткая характеристика библиотечно-информационных ресурсов и средств обеспечения образовательного процесса, в том числе электронно-библиотечных систем и электронных образовательных ресурсов (электронных изданий и информационных баз данных)	Количество экземпляров, точек доступа
	ЭБС:	
1.	Электронная библиотечная система «Консультант студента» : [Электронный ресурс] / ООО «ИПУЗ» г. Москва. – Режим доступа: http://www.studmedlib.ru – карты индивидуального доступа.	1 по договору Срок оказания услуги 01.01.2017–31.12.2017
2.	Консультант врача. Электронная медицинская библиотека [Электронный ресурс] / ООО ГК «ГЭОТАР» г. Москва. – Режим доступа: http://www.rosmedlib.ru – с личного IP-адреса по логину и паролю.	1 по договору Срок оказания услуги 01.01.2017–31.12.2017
3.	Электронная библиотечная система «Букап» [Электронный ресурс] / ООО «Букап» г. Томск. – Режим доступа: http://www.books-up.ru – через IP-адрес университета, с личного IP-адреса по логину и паролю.	1 по договору Срок оказания услуги 01.01.2017–31.12.2017
4.	Электронная библиотечная система «Национальный цифровой ресурс «Руконт» [Электронный ресурс] / ИТС «Контекстум» г. Москва. – Режим доступа: http://www.rucont.ru – через IP-адрес университета.	1 по договору Срок оказания услуги 01.06.2015–31.05.2018
5.	Информационно-справочная система «Кодекс» с базой данных № 89781 «Медицина и здравоохранение» [Электронный ресурс] / ООО «КЦНТД». – г. Кемерово. – Режим доступа: через IP-адрес университета.	1 по договору Срок оказания услуги 01.01.2017–31.12.2017
	Электронная библиотека КемГМУ (Свидетельство о государственной регистрации базы данных № 2017621006 от 06.09.2017)	**on-line**

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Кемеровский государственный медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации
(ФГБОУ ВО КемГМУ Минздрава России)

УТВЕРЖДАЮ:
Проректор по учебной работе
к.м.н., доцент Шевченко О.А.
«30» 06 2016 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ВАЛЕОЛОГИЯ. СТРЕСС И СТРЕССРЕАКТИВНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА

Специальность	31.05.01 «Лечебное дело»
Квалификация выпускника	врач общей практики
Форма обучения	очная
Факультет	лечебный
Кафедра-разработчик рабочей программы	нормальной физиологии

Семестр	Трудоемкость		Лекций, ч	Лаб. практикум, ч	Практ. занятий ч	Клинических практ. занятий ч	Семинаров ч	СРС, ч	КР, ч	Экзамен, ч	Форма промежуточного контроля (экзамен/ зачет)
	зач. ед.	ч.									
III	3	108	24		48			36			зачет
Итого	**3**	**108**	**24**		**48**			**36**			**зачет**

Кемерово 2016

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

1.1. Цели и задачи освоения дисциплины

1.1.1. **Целями** освоения дисциплины «Валеология. Стресс и стрессреактивность человека» являются изучение основных, наиболее значимых направлений работы по сохранению общественного и индивидуального здоровья, освоение основных направлений валеологии как науки, отражающей общебиологические, эволюционные и социальные представления о здоровье. Изучение дисциплины способствует подготовке врача общей практики, стратегическое направление деятельности которого должно быть направлено на предупреждение болезней человека, на охрану и поддержание здоровья и здорового образа жизни, на формирование активной жизнедеятельности и работоспособности, а не только на лечение болезни.

1.1.2. **Задачи** дисциплины:

- сформировать представления о здоровье как многомерного, интегрального состояния организма;
- приобретение студентами знаний по основам физиологии адаптационных процессов и здорового образа жизни;
- составить представления об основных принципах организации здорового образа жизни;
- показать роль валеологии для успешного обучения в вузе и последующей врачебной деятельности,
- обучение студентов важнейшим методам физиологических исследований, позволяющим оценить состояние здорового организма;
- обучение студентов важнейшим методам оценки уровня стрессреактивности;
- сформировать естественнонаучную методологию анализа факторов, влияющих на развитие стресса и его влияния на здоровья человека;
- овладение теоретическими и методическими основами профилактики нарушений психофизиологических функций, вызванных различными видами стрессоров;
- формирование навыков изучения научной литературы;
- формирование у студента навыков общения с коллективом.

1.2. Место дисциплины в структуре ООП ВО

1.2.1. Дисциплина " Валеология. Стресс и стрессреактивность человека" относится к математическому, естественнонаучному медико-биологическому циклу дисциплин по специальности 31.05.01 «Лечебное дело» высшего профессионального медицинского образования, изучается во III и IV семестрах.

1.2.2. Для изучения дисциплины необходимы знания, умения и навыки, формируемые предшествующими дисциплинами:

- цикл гуманитарных и социально-экономических дисциплин, в том числе: философия, биоэтика; психология, педагогика; история медицины; латинский язык;
- цикл математических, естественно-научных, медико-биологических дисциплин, в том числе: физика и математика; биология; анатомия человека, анатомия человека, гистология, эмбриология, цитология.

1.2.3. Изучение дисциплины необходимо для получения знаний, умений и навыков, формируемых последующими дисциплинами/практиками: патологическая физиология; микробиология; клиническая фармакология; безопасность жизнедеятельности, медицина катастроф; госпитальная терапия, эндокринология; фтизиатрия; анестезиология, реанимация и интенсивная терапия; госпитальная хирургия; онкология, дисциплин модуля «Лечебное дело».

В основе преподавания данной дисциплины лежат следующие виды профессиональной деятельности:

1. Организационно-управленческая.
2. Психолого-педагогическая.
3. Научно-исследовательская.

1.3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

В процессе освоения данной дисциплины студент формирует следующие общекультурные, общепрофессиональные и профессиональные компетенции при освоении ООП ВО, реализующей ФГОС ВО:

Компетенции		Краткое содержание и структура компетенции. Характеристика обязательного порогового уровня			
Код	Содержание компетенции (или её части)	Иметь представление	Знать	Уметь	Владеть
ОК-1	способностью к абстрактному мышлению, анализу, синтезу	О понятиях "валеология, здоровье, стрессреактивность"	- предмет, цель, задачи дисциплины и ее значение для своей будущей профессиональной деятельности; - современные проблемы валеологии, ее основные теории, концепции и принципы	- выявлять, оценивать и пополнять адаптационные и функциональные резервы организма на системном уровне	- навыками логического изложения усвоенного материала по валеологии и стрссологии
ОПК-1	готовностью решать стандартные задачи профессиональной деятельности с использованием информационных, библиографических ресурсов, медико-биологической терминологии, информационно-коммуникационных технологий и учетом основных требований информационной безопасности	Оздоровом образе жизни человека	- о значении здорового образа жизни в жизни человека; - основные составляющие здорового образа жизни, факторы риска и	- использовать базовые знания и навыки управления информацией для решения исследовательских профессиональных задач.	- объяснять информационную ценность различных показателей (констант) и механизмы регуляции деятельности

			их влияние на человека; - закономерности функционирования клеток, тканей, органов, систем здорового организма и механизмы его регуляции, рассматриваемые с позиций валеологии		клеток, тканей, органов, систем и целостного организма
ОПК-7	готовностью к использованию основных физико-химических, математических и иных естественнонаучных понятий и методов при решении профессиональных задач	О механизмах развития стресса .	- функциональные системы организмы человека, их регуляция и саморегуляция при воздействии с внешней средой в норме и патологии; - основные физиологические законы и закономерности, лежащие в основе процессов, протекающих в	- определять и оценивать результаты электрокардиографии, спирографии; термометрии; гематологических показателей	- навыками формирования заключения по результатам физиологических исследований - методами оценки и коррекции функциональных состояний и работоспособности человека (проводить экспресс-оценку уровня здоровья, биологического

			организме человека		возраста)
ОПК-9	способностью к оценке морфофункциональных, физиологических состояний и патологических процессов в организме человека для решения профессиональных задач	О дистрессе, эустрессе, адаптации и дезадаптации	- определение здоровья, взаимоотношение индивидуального, группового и общественного здоровья; - факторы, влияющие на здоровье, их значение и взаимосвязь - понятие адаптации, ее виды и причины дезадаптации.	- составлять программу по воспитанию, формированию здорового образа жизни среди различных контингентов населения. - проводить диагностику здоровья и донозологических состояний на индивидуальном уровне. - провести оценку результатов общего анализа крови.	- методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации.
ПК-1	способностью и готовностью к осуществлениюкомплекса мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья и включающих в себя формирование здорового образа жизни, предупреждение возникновения и (или) распространения заболеваний, их раннюю диагностику, выявление причин и условий их возникновения и развития, а также направленных на устранение вредного влияния на здоровье человека	О факторах риска для здоровья	- основные принципы оценки уровня здоровья и процессов адаптации как на организменном, так и на системном, межсистемном и	- работать в группе с целью решения проблем здоровьесбережения	- методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции

	факторов среды его обитания		органном уровнях - поведенческие факторы риска развития заболеваний. - абиологические привычки и их влияние на организм - факторы среды, влияющие на здоровье человека. - негенитальные особенности здоровья человека.		состояния дезадаптации. - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности
ПК-15	готовностью к обучению пациентов и их родственников основным гигиеническим мероприятиям оздоровительного характера, навыкам самоконтроля основных физиологических показателей, способствующим сохранению и укреплению здоровья, профилактике заболеваний	О методах немедикаментозной коррекции абиологических привычек	- сущность методик исследования различных функций здорового организма, используемых в практической медицине. - современные представления о стрессе,	- работать в группе специалистов различных направлений с целью решения проблем здоровьесбережения; - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивност	- способами выхода из конфликтных и кризисных ситуаций; - мерами по профилактике стрессовых ситуаций; - правила составления пищевого рациона;

			дистрессе и эустрессе, основные теории возникновения и развития стресса, иметь представления о антистрессорны х ситемах организма.	и	- методами оценки АД, пальпации пульса спирометрией, динамометрией, методами тестирования индивидуально-типологических свойств личности человека.
ПК-16	готовностью к просветительской деятельности по устранению факторов риска и формированию навыков здорового образа жизни	О способах пропаганды здорового образа жизни	- пропагандирова ть здоровый образ жизни.	- составлять индивидуальную программу поведенческой коррекции образа жизни; - формировать здоровый образ жизни среди различных контингентов населения с учетом половых, возрастных и других индивидуальных особенностей организма	- составлять индивидуальну ю программу поведенческой коррекции образа жизни.

ПК-21	способностью к участию в проведении научных исследований	О значении научных исследований для научно-обоснованного формирования здорового образа жизни	- методологию современных научных исследований в области физиологии;	- приобретать и использовать новые знания, расширять и углублять личностную научную компетентность	- навыками постановки цели и формулировки задач исследования, выбора средств решения и дальнейшего применения результатов. - навыками самостоятельной работы с литературными источниками для повышения своего профессионального уровня в исследовательской или практической деятельности; - навыками презентации результатов своего опыта и исследовательской работы

1.4. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Трудоемкость всего		Семестры	
		в зачетных единицах (ЗЕ)	в академических часах (ч)	Трудоемкость по семестрам (ч)	
				III	IV
Аудиторная работа, в том числе:		0,67	24	16	8
Лекции (Л)					
Лабораторные практикумы (ЛП)					
Практические занятия (ПЗ)		1,33	48	32	16
Клинические практические занятия (КПЗ)					
Семинары (С)					
Самостоятельная работа студента (СРС), в том числе НИРС		1,0	36	24	12
Промежуточная аттестация:	зачет (З)		3		
	экзамен (Э)				
Экзамен / зачёт					зачёт
ИТОГО		**3**	**108**	**72**	**36**

2. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость модуля дисциплины составляет **3** зачетных единиц, **108** ч.

2.1. Учебно-тематический план дисциплины

п/№	Наименование разделов и тем	Семестр	Всего часов	Виды учебной работы			СРС	Формы текущего контроля
				Аудиторные часы				
				Л	ЛП	ПЗ		
1.	**Раздел 1. Валеология**	**3**	**63**	**14**		**28**	**21**	
	Основы валеологии.	3		2		4	3	УО
	Здоровье как состояние и свойство организма.	3		2		4	3	УО, ТЗ
	Физиология труда и утомления.	3		2		4	3	УО, ТЗ
	Факторы риска развития заболеваний.	3		2		4	3	УО
	Гиподинамия и неадекватное питание.	3		2		4	3	УО, ТЗ
	Табакокурение и здоровье.	3		2		4	3	УО
	Алкоголь и здоровье.	4		2		4	3	УО

	Раздел 2. Стресс и стрессреактивность человека.	**4**	**45**	**10**		**20**	**15**	
	Стресс. Стрессреактивность человека.	4		2		4	3	УО, ТЗ
	Антистрессорные системы	4		2		4	3	УО, ТЗ
	Биоритмы, стресс и здоровье.	4		2		4	3	УО, ТЗ
	Негенитальные особенности женского организма.	4		2		4	3	УО, ТЗ
	Оксид азота и стресс	4		2		4	3	УО
	ИТОГО:		**108**	**24**		**48**	**36**	

УО – устный опрос, **ТЗ** – тестовые задания.

2.2. Лекционные (теоретические) занятия

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание лекционных занятий	Кол-во часов	Семестр	Результат обучения, формируемы компетенции
	Раздел 1. Валеология.				
1.	Тема 1. Основы валеологии.	1. Понятие о валеологии. Место валеологии в системе наук. 2. Индивидуальное здоровье и воспитание культуры здоровья 3.Социальные аспекты здоровья и здорового образа жизни.	2	3	*ОК-1, ОПК-1 ПК-1, ПК-15 ПК-16*
2.	Тема 2. Здоровье как состояние и свойство организма.	1. Здоровье как важнейшее свойство и состояние человеческого организма. 2. Факторы, определяющие уровень здоровья, его количественная оценка.	2	3	*ОК-1, ОПК-1 ОПК-7, ОПК 9, ПК-1, ПК 15, ПК-16, ПК-21*
3.	Тема 3. Физиология труда и утомления.	1. Особенности физического и нефизического, в том числе умственного, труда. 2. Утомление. Причины и механизмы развития. 3. Профилактика утомления, его особенности для лиц умственного труда.	2	3	*ПК-1, ПК-1 ПК-16*
4.	Тема 4. Факторы риска развития заболеваний.	1. Факторы риска, определяющие уровень здоровья, их количественная и качественная оценка. 2. Абиологические привычки и их	2	3	*ПК-1, ПК-1 ПК-16*

		влияние на здоровье			
5.	Тема 5. Гиподинамия и неадекватное питание.	1. Понятие о гиподинамии 2. Влияние гиподинамии на здоровье. 3. Профилактика гиподинамии. 4. Физкультура и спорт, их влияние на здоровье. 5.Питание как фактор здоровья. 6. Основы здорового питания студентов	2	3	*ОПК-9, ПК-1 ПК-15, ПК-1(ПК-21*
6.	Тема 6. Табакокурение и здоровье.		2	3	*ПК-1, ПК-15 ПК-16*
7.	Тема 7. Алкоголь и здоровье.	Социальная девиантность	2	4	*ПК-1, ПК-15 ПК-16*
	Раздел 2. Стресс и стрессреактивность человека.				
8.	Тема 1. Стресс. Стрессреактивность человека.	1. Классическая концепция стресса Г. Селье и её развитие. Физиологические проявления стресса. 2. Стадии и механизмы адаптации организма к действию экстремальных факторов. 3. Нервно-рефлекторные и гуморальные механизмы развития стресс-реакции 4. Роль гипоталамуса в формировании психоэмоционального напряжения, стресс-реакции.Гипоталамо-гипофизарно-надпочечниковая система 5. Формы проявления стресса: поведенческие, интеллектуальные, физиологические, эмоциональные.	2	4	*ОК-1, ОПК-1 ОПК-7, ОПК 9, ПК-1, ПК- 15, ПК-16, ПК-21*
9.	Тема 2. Антистрессорные системы	1. Понятие об эмоциональном стрессе и его роли в жизни человека. Его особенности у медицинских работников. 2. Гуморальные регуляторы стресса. Роль опиоидной и серотонинэргической систем. 3. Общие подходы к нейтрализации стресса. Принципы психологической защиты личности. 4. Поведенческая коррекция стрессов	2	4	*ПК-1, ПК-1 ПК-16*

10.	Тема 3. Биоритмы, стресс и здоровье.	1. Понятие о биоритмах. 2. Понятие о биологических часах 3.Виды биоритмов 4. Десинхронозы - виды, причины возникновения, принципы профилактики организма человека. 5. Индивидуальный год человека 6. Режим дня как модель формирования здорового стиля поведения. 7. Влияние стрессов на биоритмы человека	2	4	*ОК-1, ОПК-1 ОПК-7, ОПК 9, ПК-1, ПК-15, ПК-16, ПК-21*
11.	Тема 4. Оксид азота и стресс	1. Особенности системы транспорта кислорода в женском организме. 2. Особенности работоспособности женщин и мужчин. 3. Устойчивость к стрессам и ее отличия у мужчин и женщин.	2	4	*ПК-1, ПК-15 ПК-16*
12.	Тема 5. Демонстрация кинофильмов	1.	2	4	*ОК-1, ОПК-1 ОПК-7, ОПК 9, ПК-1, ПК-15, ПК-16*
	Итого		**24**		

2.3. Лабораторные практикумы – учебным планом не предусмотрены

2.4. Практические занятия

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Формы контроля	Результат обучения, формируемые компетенции
	Раздел 1. Валеология					
1.	Тема 1. Основы валеологии.	1. Здоровый образ жизни. Общая характеристика, его компоненты. 2. Индивидуальные предпосылки к оценке уровня здоровья человека (генотипические особенности, половые аспекты, возрастные аспекты). 3. Критерии определения	4	3	УО	*ОК-1, ОПК-1 ПК-1, ПК-15 ПК-16*

		здоровья у студентов				
2.	Тема 2. Здоровье как состояние и свойство организма.	1. Здоровье как важнейшее свойство и состояние человеческого организма. 2. Факторы, определяющие уровень здоровья, его количественная оценка.	4	3	УО, ТЗ	*ОК-1, ОПК-1, ОПК-7, ОПК-9 ПК-1, ПК-15, ПК-16, ПК-21*
3.	Тема 3. Физиология труда и утомления.	1. Особенности физического и нефизического, в том числе умственного, труда. 2. Утомление. Причины и механизмы развития. 3. Профилактика утомления, его особенности для лиц умственного труда. 4. Принципы рациональной организации отдыха	4	3	УО, ТЗ	*ПК-1, ПК-15, ПК-16*
4.	Тема 4. Факторы риска развития заболеваний.	1. Факторы риска, определяющие уровень здоровья, их количественная и качественная оценка. 2. Абиологические привычки и их влияние на здоровье	4	3	УО	*ПК-1, ПК-15, ПК-16*
5.	Тема 5. Гиподинамия и неадекватное питание.	1. Понятие о гиподинамии 2. Влияние гиподинамии на здоровье. 3. Профилактика гиподинамии. 4. Физкультура и спорт, их влияние на здоровье. 5.Питание как фактор здоровья. 6. Основы здорового питания студентов	4	3	УО, ТЗ	*ОПК-9, ПК-1, ПК-15, ПК-16, ПК-21*
6.	Тема 6. Табакокурение и здоровье.		4	3	УО	*ПК-1, ПК-15, ПК-16*
7.	Тема 7. Алкоголь и здоровье.		4	3	УО	*ПК-1, ПК-15, ПК-16*
	Раздел 2. Раздел 2. Стресс и стрессреактивность человека.					
8.	Тема 1. Стресс. Стрессреактивность человека.	1. Формы проявления стресса: поведенческие, интеллектуальные, физиологические, эмоциональные. 2. Нервно-рефлекторные и	4	3	УО, ТЗ	*ОК-1, ОПК-1 ОПК-7, ОПК- ПК-1, ПК-16 ПК-21*

		гуморальные механизмы стресс-реакции 3. Оценка уровня стресса: объективные методы, субъективные методы оценки уровня стресса. Прогноз уровня стресса. 4. Последствия стресса. Психосоматические заболевания.				
9.	Тема 2. Антистрессорные системы	1. Гуморальные регуляторы стресса. Роль опиоидной и серотонинэргической систем. 2. Общие подходы к нейтрализации стресса. 3. Способы регуляции психоэмоционального напряженияя. Аутогенная тренировка. Метод биологической обратной связи. Дыхательные техники. Мышечная релаксация. Рациональная психотерапия. Условно-рефлекторные техники. Физические упражнения. Медитация. 4. Роль медицинского работника в предотвращении дистрессов.	4	3	УО, ТЗ	*ОК-1, ОПК-1, ОПК-7, ОПК-9 ПК-1, ПК-16, ПК-21*
10.	Тема 3. Биоритмы, стресс и здоровье.	1. Понятие о биоритмах. Виды биоритмов 2. Понятие о биологических часах. Роль гипоталамуса и эпифиза. 3. Десинхронозы - виды, причины возникновения, принципы профилактики организма человека. 5. Индивидуальный год человека 6. Влияние стрессов на биоритмы человека. Постоянный цейтнот как источник стресса.	4	3	УО, ТЗ	*ОК-1, ОПК-1 ОПК-7, ОПК- ПК-1, ПК-16 ПК-21*
11.	Тема 4. Негенитальные особенности женского организма.	1. Особенности системы транспорта кислорода в женском организме. 2. Особенности работоспособности	4	3	УО, ТЗ	*ОК-1, ОПК- ОПК-7, ОПК- ПК-1, ПК-1 ПК-16, ПК-2*

		женщин и мужчин. 3. Устойчивость к стрессам и ее отличия у мужчин иженщин.				
12.	Тема 5. Оксид азота и стресс	1. Оксид азота - полифиункциональная молекула 2. NO-синтаза - виды, особенности, регуляция активности 3. Роль оксида азота в регуляции артериального давления 4. Оксид азота и стрессреактивность человека, возрастные и половые особенности продукции NO. 5. NO - молекула антистресса.	4	4	УО	*ОК-1, ОПК-1, ОПК-7, ОПК-9 ПК-1, ПК-15, ПК-16, ПК-21*
	Всего часов		**48**			

3. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

3.1. Виды образовательных технологий

Изучение дисциплины «Валеология. Стресс и стрессреактивность человека» проводится в виде аудиторных занятий (лекций, практических занятий) и самостоятельной работы студентов. Основное учебное время выделяется на практические занятия. Работа с учебной литературой рассматривается как вид учебной работы по дисциплине и выполняется в пределах часов, отводимых на её изучение. Каждый обучающийся обеспечивается доступом к библиотечным фондам ВУЗа и доступом к сети Интернет (через библиотеку).

Лекционные занятия проводятся в специально выделенных для этого помещениях – лекционном зале. Все лекции читаются с использованием мультимедийного сопровождения и подготовлены с использованием программы MicrosoftPowerPoint. Каждая тема лекции утверждается на совещании кафедры. Часть лекций содержат графические файлы в формате JPEG. Лекций хранятся на электронном носителе в составе УМКД дисциплиныи могут быть дополнены и обновлены.

Практические занятия проводятся на кафедре в учебных комнатах. Часть практических занятий выполняется в компьютерном классе (виртуальный практикум). Виртуальный практикум (лицензионный) хранится в электронном виде в составе УМКД дисциплины.

В образовательном процессе на кафедре используются:

1. Информационные технологии – обучение в электронной образовательной среде с целью расширения доступа к образовательным ресурсам (теоретически к неограниченному объему и скорости доступа), увеличения контактного взаимодействия с преподавателем, построения индивидуальных траекторий подготовки и объективного

контроля и мониторинга знаний студентов.

2. Работа в команде – совместная деятельность студентов в группе под руководством лидера, направленная на решение общей задачи путем творческого сложения результатов индивидуальной работы членов команды с делением полномочий и ответственности.

3. Проблемное обучение – стимулирование студентов к самостоятельному приобретению знаний, необходимых для решения конкретной проблемы.

4.Опережающая самостоятельная работа – изучение студентами нового материала до его изучения в ходе аудиторных занятий.

5.Дискуссия (от лат. discussio — рассмотрение, исследование) — обсуждение какого-либо спорного вопроса, проблемы; спор. Важной характеристикой дискуссии, отличающей её от других видов спора, является аргументированность.

3.2. Занятия, проводимые в интерактивной форме

Удельный вес занятий, проводимых в интерактивных формах, определяется стандартом (должен составлять не менее 20%) и фактически составляет 20% от аудиторных занятий, т.е. 14,4 часа.

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Вид учебных занятий	Кол-во час	Методы интерактивного обучения	Кол-во час
	Раздел 1. Валеология	**Л, ПЗ**	**42**	**Информационные технологии, работа в команде**	**8,4**
1	Алкогольная зависимость	Л	2	Учебный фильм	0,4
2	Влияние тироксина, тиротропина и пропилтиоурацила на метаболизм.	ПЗ	4	Виртуальный практикум	0,8
3	Влияние инсулина и аллоксана на уровень глюкозы в крови.	ПЗ	4	Виртуальный практикум	0,8
5	Простое сокращение скелетных мышц	ПЗ	4	Виртуальный практикум	0,8
6	Роль нервно-мышечного синапса в развитии утомления	ПЗ	4	Виртуальный практикум	0,8
7	Экспресс-оценка уровня здоровья	ПЗ	4	Работа в команде	0,8
8	Центральное торможение.	ПЗ	4	Виртуальный практикум	0,8
9	Периферическое торможение.	ПЗ	4	Виртуальный практикум	0,8
10	Оценка биологического возраста человека.	ПЗ	4	Виртуальный практикум	0,8
11	Виды мышечных сокращений и условия их получения.	ПЗ	4	Виртуальный практикум	0,8
12	Виды мышечных сокращений и условия их получения.	ПЗ	4	Виртуальный практикум	0,8
	Раздел 2. Стресс и стрессреактивность человека	**Л, ПЗ**	**30**	**Информационные технологии, работа в команде**	**6**
13	Воздействие медикаментов и химических медиаторов на деятельность сердца.	ПЗ	4	Виртуальный практикум	0,8
14	Движение крови, регуляция АД	Л	2	Учебный фильм	0,4

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Вид учебных занятий	Кол-во час	Методы интерактивного обучения	Кол-во час
15	Определение холодоустойчивости организма.	ПЗ	4	Опережающая самостоятельная работа.	0,8
16	Вегетативная нервная система	Л	2	Учебный фильм	0,4
17	Воздействие возбуждения блуждающего нерва на сердечную деятельность.	ПЗ	4	Виртуальный практикум	0,8
18	Экспресс-оценка уровня стрессреактивности	ПЗ	4	Работа в команде	0,8
19	Определение типов ВНД	ПЗ	4	Работа в команде	0,8
20	Рефлекторная регуляция желудочных желез.	ПЗ	4	Виртуальный практикум	0,4
21	Воздействие адреналина, ацетилхолина и атропина на АД.	ПЗ	4	Виртуальный практикум	0,8
	Итого:		**72**		**14,4**

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Виды и формы контроля знаний

Результаты освоения (знания, умения, владения)	Виды контроля	Формы контроля	Охватываемые разделы	Коэффициент весомости
ОК-1, ОПК-1, ОПК-7, ОПК-9	Предварительный	ПР-1	1-2	0,30
	Текущий	УО-1, ПР-1, ПР-2, ТС-2.	1-2	0,70
Итого:				1,0

Условные обозначения:
УО – устный опрос: собеседование (УО-1), коллоквиум (УО-2), экзамен по дисциплине (УО-3);
(ПР) – письменные работы: тесты (ПР-1), рефераты (ПР-2)..
ТС – технические средства контроля: программы компьютерного тестирования (ТС-1), учебные задачи (ТС-2).

4.2. Контрольно-диагностические материалы.

Пояснительная записка по процедуре проведения итоговой формы контроля, отражающая все требования, предъявляемые к студенту.

Условием допуска студента к зачету является посещение лекционных и практических занятий и положительная оценка знаний по дисциплине в соответствии с учебным планом на 3 и 4 семестрах. Экзамен не предусмотрен.

Пример билета к зачёту

Билет № 8

1. Здоровье как состояние и важнейшее свойство человеческого организма. Факторы, определяющие уровень здоровья. Диагностика уровня здоровья - оценка функциональных резервов организма.
2. Стресс, механизмы его развития. Физиологические проявления стресса.
3. Индивидуальный год человека, его особенности у мужчин и женщин.
4. С действием какого гормона связаны следующие эффекты: расширение зрачка, гипертензия, тахикардия, гипергликемия, снижение моторной активности кишечника?

Список вопросов к зачёту

1. Понятие о валеологии. Место валеологии в системе наук.
2. Здоровье как важнейшее свойство и состояние человеческого организма и факторы, его определяющие.
3. Индивидуальное здоровье и способы воспитание культуры здоровья
4. Социальные аспекты здоровья и здорового образа жизни.
5. Факторы риска, определяющие уровень здоровья, их количественная и качественная оценка.
6. Основы здорового образа жизни
7. Способы количественной оценк индивидуального здоровья.
8. Абиологические привычки и их влияние на здоровье
9. Курение как фактор риска для здоровья
10. Алкоголь как фактор риска для здоровья
11. Понятие о гиподинамии
12. Влияние гиподинамии на здоровье.
13. Профилактика гиподинамии.
14. Физкультура и спорт, их влияние на здоровье.
15. Особенности физического и нефизического, в том числе умственного, труда.
16. Утомление. Причины и механизмы развития.
17. Профилактика утомления, его особенности для лиц умственного труда, для медицинских работников.
18. Питание как фактор здоровья.
19. Функциональная система питания.
20. Основы здорового питания студентов
21. Нездоровое питание и его влияние на организм у молодежи.
22. Стресс-реация, стадии её развития. Физиологические проявления стресса.
23. Классическая концепция стресса Г. Селье и её развитие.
24. Нервно-рефлекторные и гуморальные механизмы развития стресс-реакции
25. Роль гипоталамуса в формировании психоэмоционального напряжения, стресс-реакции. Гипоталамо-гипофизарно-надпочечниковая система
26. Формы проявления стресса: поведенческие, интеллектуальные, физиологические, эмоциональные.
27. Понятие об эмоциональном стрессе и его роли в жизни человека. Его особенности у медицинских работников.
28. Синдром эмоционального выгорания
29. Гуморальные регуляторы стресса. Роль опиоидной и серотонинэргической систем.
30. Антистрессорные системы организма.
31. Оксид азота и стрессреактивность человека, возрастные и половые особенности продукции NO.

32. Оксид азота (NO) - молекула антистресса.
33. Общие подходы к коррекции дистрессов.
34. Принципы психологической защиты личности.
35. Поведенческая коррекция стрессов
36. Роль медицинского работника в предотвращении дистрессов.
37. Понятие об адаптации. Адаптация к физическим, биологическим и социальным факторам.
38. Виды адаптации, её генетические предпосылки, значение нервных и эндокринных механизмов.
39. Стадии и механизмы адаптации организма к действию экстремальных факторов.
40. Норма адаптивной реакции и цена адаптации.
41. Понятие о биоритмах.
42. Понятие о биологических часах
43. Виды биоритмов
44. Десинхронозы - виды, причины возникновения, принципы профилактики
45. организма человека.
46. Биологическая и психическая роль сна для укрепления здоровья и нормализации биоритмов человека.
47. Индивидуальный год человека
48. Режим дня как модель формирования здорового стиля поведения.
49. Влияние стрессов на биоритмы человека
50. Экстрегенитальные особенности женского организма.
51. Особенности системы транспорта кислорода в женском организме.
52. Особенности сердечно-сосудистой системы женщин.
53. Особенности работоспособности женщин и мужчин.
54. Устойчивость к стрессам и ее отличия у мужчин и женщин.

4.2.1. Тестовые задания предварительного контроля (примеры):

Тесты 1–8 рассчитаны на выбор наиболее правильного ответа.

ТЕСТ 1. Какой из вариантов ответа наиболее полно отражает все методы физиологических исследований?

Ответы: А. Опыты, проводимые для изучения центральной нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной, выделительной, пищеварительной и других систем. **Б.** Наблюдения и эксперименты. **В.** Инвазивные и не инвазивные исследования различных систем организма. **Г.** Раздражения, перерезки, удаления, инъекции, моделирование.

Тесты 9-16 требуют подбора 2-4 элементов правильных ответов к каждому из нескольких подвопросов. Некоторые элементы могут быть отнесены к нескольким подвопросам или не относиться ни к одному из них.

ТЕСТ 9. Какие из нижеперечисленных терминов отражают существующие в организме механизмы регуляции функций?

Элементы ответов: А. Внешнесекреторные. **Б.** Гуморальные. **В.** Физико-химические. **Г.** Скелетно- и гладкомышечные. **Д.** Нервнорефлекторные. **Е.** Аналитико-синтетические. **Ж.** Нейро-гуморальные. **З.** Кардио-респираторные.

Тесты 25-32 представляют собой 2 утверждения, между которыми существует или не существует причинно-следственная связь. Ответ должен содержать оценку верности (В) или неверности (Н) сначала первого утверждения, потом второго и затем — связи между ними. Ответ при этом должен быть выражен 3 буквами: "ННН", или "ВНН", или "НВН" и т. д.

ТЕСТ 25. Гомеостаз есть основа «свободной, независимой жизни», т.к. он создает оптимальную среду для работы мозга.

4.2.2. Задания текущего контроля (примеры):

Поведение. Труд. Адаптация организма и здоровье

Тесты 1–8 рассчитаны на выбор наиболее правильного и полного ответа.

ТЕСТ 1. Какие рефлексы лежат в основе поведения человека?

Ответы: А. Условные. **Б.** Условные и безусловные. **В.** Сложные (цепные) безусловные.

Тесты 17–20 требуют подбора 2 элементов правильных ответов к каждому из нескольких подвопросов.

ТЕСТ 17. Какие реакции могут быть отнесены к реакциям кратковременной (I) и долговременной (II) адаптации?

Элементы ответов: А. Учащение дыхания при гипоксии. **Б.** Гипертрофия мышцы сердца у спортсменов. **В.** Увеличение количества амилазы в слюне собак, получающих преимущественно углеводную пищу. **Г.** Выделение кислого желудочного сока при попадании пищи в желудок.

Тесты 21–24 рассчитаны на выбор 2 наиболее полных и правильных элементов ответа.

ТЕСТ 21. Что такое здоровье?

Элементы ответа: А. Высокая трудоспособность и самоотдача. **Б.** Полное отсутствие заболеваний и повреждений. **В.** Свойство организма, отражающее способность к адаптации. **Г.** Полное физическое, душевное и социальное удовлетворение, обусловленное не только отсутствием заболеваний и повреждений. **Д.** Способность к воспроизведению потомства и долголетие.

Тесты 25–32 представляют собой 2 утверждения, между которыми существует или не существует причинно-следственная связь. Ответ должен содержать оценку верности (В) или неверности (Н) сначала первого утверждения, потом второго и затем – связи между ними. При этом ответ может быть выражен 3 буквами: «ННН», или «ВНН», или «ВВН» и т. д.

ТЕСТ 25. В первую стадию адаптации к гипоксии повышается МОК, т.к. это один из путей, способствующих увеличению снабжения тканей кислородом.

4.2.3. Ситуационные задачи (пример):

Задача 1. У больного начался приступ тахикардии. Под рукой нет необходимых лекарств. Что можно предпринять, чтобы прекратить приступ?

Эталон ответа к задаче № 1

Для этого необходимо подушечками пальцев надавить на глазные яблоки (до появления легкого неприятного ощущения) - в результате уменьшается частота сердечных сокращений. Это глазо-сердечный рефлекс (рефлекс Данини-Ашнера). Рефлекс обусловлен связями тройничного и блуждающего нервов. Эфферентные пути в составе блуждающего нерва идут от сердечно-сосудистого центра продолговатого мозга к сердцу. Повышенная стимуляция этого центра приводит кподавлению функции синусового узла.

4.2.4. Список тем рефератов / мультимедийных презентаций:

Семестр III

1. Валеология - наука об индивидуальном здоровье.
2. Движения и здоровье.
3. Факторы риска для здоровья студенческой молодежи.
4. Физкультура и спорт - их влияние на здоровье.
5. Адаптация к холоду и здоровье.
6. Конституция человека и типы ВНД.
7. Количественная оценка здоровья.
8. Вредные привычки и здоровье.
9. Образование и здоровье.
10. Биоритмы и здоровье.

Семестр IV

1. Плюсы и минусы стрессов.
2. Частота сокращений сердца и здоровье.
3. NO - полифункциональная молекула.
4. Эмоции и здоровье.
5. Негенитальные особенности женского организма.
6. Норма адаптивной реакции и цена адаптации.
7. Синдром эмоционального выгорания.
8. Особенности стрессов учащейся молодежи.

Критерии оценок по дисциплине

Характеристика ответа	Оценка ECTS	Баллы в РС	Оценка итоговая
Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний по дисциплине, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделить существенные и несущественные его признаки, причинно-следственные связи. Знания об объекте демонстрируются на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей. Ответ формулируется в терминах науки, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию студента.	A	100-96	5 (5+)
Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний по дисциплине, доказательно раскрыты основные положения темы; в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Знания об объекте демонстрируются на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей. Ответ изложен литературным языком в терминах науки. Могут быть допущены недочеты в определении понятий, исправленные	B	95-91	5

студентом самостоятельно в процессе ответа.			
Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, доказательно раскрыты основные положения темы; в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Ответ изложен литературным языком в терминах науки. В ответе допущены недочеты, исправленные студентом с помощью преподавателя.	C	90-86	4 (4+)
Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Ответ четко структурирован, логичен, изложен литературным языком в терминах науки. Могут быть допущены недочеты или незначительные ошибки, исправленные студентом с помощью преподавателя.	C	85-81	4
Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи. Ответ четко структурирован, логичен, изложен в терминах науки. Однако, допущены незначительные ошибки или недочеты, исправленные студентом с помощью «наводящих» вопросов преподавателя.	D	80-76	4 (4-)
Дан полный, но недостаточно последовательный ответ на поставленный вопрос, но при этом показано умение выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи. Ответ логичен и изложен в терминах науки. Могут быть допущены 1-2 ошибки в определении основных понятий, которые студент затрудняется исправить самостоятельно.	E	75-71	3 (3+)
Дан недостаточно полный и недостаточно развернутый ответ. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Допущены ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. Студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи. Студент может конкретизировать обобщенные знания, доказав на примерах их основные положения только с помощью преподавателя. Речевое оформление требует поправок, коррекции.	E	70-66	3
Дан неполный ответ, логика и последовательность изложения имеют существенные нарушения. Допущены грубые ошибки при определении сущности раскрываемых понятий, теорий, явлений, вследствие непонимания студентом их существенных и несущественных признаков и связей. В ответе отсутствуют выводы. Умение раскрыть	E	65-61	3 (3-)

конкретные проявления обобщенных знаний не показано. Речевое оформление требует поправок, коррекции.			
Дан неполный ответ, представляющий собой разрозненные знания по теме вопроса с существенными ошибками в определениях. Присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения. Студент не осознает связь данного понятия, теории, явления с другими объектами дисциплины. Отсутствуют выводы, конкретизация и доказательность изложения. Речь неграмотна. Дополнительные и уточняющие вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа студента не только на поставленный вопрос, но и на другие вопросы дисциплины.	Fx	60-41	2 Требуется пересдача
Не получены ответы по базовым вопросам дисциплины.	F	40-0	2 Требуется повторное изучение материала

4.3. Оценочные средства, рекомендуемые для включения в фонд оценочных средств итоговой государственной аттестации (ИГА) учебным планом не предусмотрены

5 УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Информационное обеспечение дисциплины нормальная физиология

№ п/п	Наименование и краткая характеристика библиотечно-информационных ресурсов и средств обеспечения образовательного процесса, в том числе электронно-библиотечных систем и электронных образовательных ресурсов (электронных изданий и информационных баз данных)	Количество экземпляров, точек доступа
	ЭБС:	
1.	Электронная библиотечная система «Консультант студента» Электронная библиотека медицинского вуза : [Электронный ресурс] / Издательская группа «ГЭОТАР-Медиа. – М., 2016. – Режим доступа: http://www.studmedlib.ru карты индивидуального доступа.	1 по договору
2.	Консультант врача. Электронная медицинская библиотека [Электронный ресурс] / ООО ГК «ГЭОТАР». – М., 2016. – Режим доступа: http://www.rosmedlib.ru карты индивидуального доступа.	1 по договору
3.	Электронная библиотечная система «Национальный цифровой ресурс «Руконт» [Электронный ресурс] / Консорциум «Контекстум». – М., 2016. – Режим доступа: http://www.rucont.ru через IP-адрес академии.	1 по договору
4.	Информационно-справочная система «Медицина и здравоохранение» [Электронный ресурс] / Консорциум «Кодекс». – СПб., 2016. – Режим доступа: сетевой офисный вариант по IP-адресу академии.	1 по договору
	Интернет-ресурсы:	
5.	http://www.kemsma.ru/mediawiki/index.php/Кафедра_нормальной_физиологии_КемГМА	

6.	http://www.physiology-cis.org/	
7.	http://meduniver.com/	
8.	http://www.physoc.org/	
	Программное обеспечение:	
9.	-	
	Компьютерные презентации:	
10.	Мультимедийные презентации лекций	
	Электронные версии конспектов лекций:	12
11.	Материалы к лекциям по курсу нормальной физиологии: учебное пособие. Часть I и II. Н.А. Барбараш[и др.]	по 1 каждой части
	Учебные фильмы:	
12.	Вегетативная нервная система	1
13.	Движение крови, регуляция АД	1
14.	Алкогольная зависимость	1
	Электронные лабораторные практикумы:	
15.	Электронный практикум по физиологии (СибГМУ)	8

5.2. Учебно-методическое обеспечение дисциплины

№ п/п	Библиографическое описание рекомендуемого источника литературы	Шифр библиотеки КемГМА	Гриф	Число экз., выделяемое библиотекой на данный поток студентов	Планируемое число студентов пользователей
	Основная литература				
1	Нормальная физиология : учебник по специальностям "Лечебное дело" и "Педиатрия" / под ред. В. М. Смирнова. - 3-е изд., перераб. и доп. - М. : Академия, 2010. - 480 с.	612 Н 831	УМО	127	230
2	Нормальная физиология [Электронный ресурс]: учебник для студентов вузов /под ред. К. В. Судакова. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2015. - 875 с. – URL : ЭБС «Консультант студента. Электронная библиотека медицинского вуза» www.studmedlib.ru		МО и науки РФ, ФИРО		230
	Дополнительная литература				
1.	Агаджанян, Н. А. Нормальная физиология : учебник для студентов медицинских вузов / Н. А. Агаджанян, В. М. Смирнов. - М. : Медицинское информационное агентство, 2007. - 520 с.	612 А 230	ФИРО	158	230
2.	Орлов, Р. С. Нормальная физиология [Комплект] : учебное пособие с компакт-диском для студентов медицинских вузов / под ред. Э. Г. Улумбекова. - М. : ГЭОТАР-	612 О-664	УМО	112	230

	Медиа, 2005. - 696 с.				
3.	Чеснокова, С. А.Атлас по нормальной физиологии : учебное пособие / под ред. Н. А. Агаджанян. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Медицинское информационное агентство, 2007. - 479 с.	612 Ч-512	УМО	90	230
4.	Билич, Г. Л. Основы валеологии : учебник / Г. Л. Билич; Национальная Академия Ювенологии. – 2-е изд. – СПб. : Фолиант, 2000. – 558 с.	613/614 Б 612.		1	230
5.	Валеология человека : валеолог. семинар акад. В.П. Петренко: в 5 т. / Н.А. Агаджанян, С.В, Алексеев, В.А. Ананьев и др. – 2-е изд., доп. – СПб. : Петроградский и К, 1998. – Кн. 1 Т.1-3 – 720 с. Кн. 2 Т. 4, 5 – 832 с.	613/614 В 152		 1 1	230
6.	Торохова, Е.И. Валеология: словарь – М.: Флинта: Наука, 1999 – 243 с.	613/614 Т 612		1	230
8.	Здоровье молодежи : монография / М. Ю. Абросимова [и др.]. – М. : Медицина, 2007. – 220 с.	614 З-467		1	230
9.	Коробкина, З. В. Профилактика наркотической зависимости у детей и молодежи : учеб.пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по специальности 031300-Социальная педагогика / З. В. Коробкина, В. А. Попов. – Издание второе, испр. – М. : Академия, 2004. – 192 с.	613 К 680.		1	230
	Ларенцова, Л. И. Синдром эмоционального выгорания у врачей различных специальностей: психологические аспекты / Л. И. Ларенцова, Л. М. Барденштейн ; Московский государственный медико-стоматологический университет. – М. : Медицинская книга, 2009. – 142 с.	614 Л 250		1	230
8.	***Методические разработки кафедры***				
9.	Материалы к лекциям по курсу нормальной физиологии : учебное пособие. - Издание четвертое, перераб. и доп. - Кемерово : [б. и.], 2008 - Часть 1 : Регуляция функций. Кровь. Защитные функции. Возбудимые ткани. Центральная нервная система. Психофизиология : учебное пособие / Н. А. Барбараш [и др.] ; Кемеровская гос. медицинская академия. - 186 с. Часть II : Висцеральные системы и их регуляция / Кемеровская государственная медицинская академия. - 151 с.	612 М 341		 168 160	230
10	Руководство к проведению лабораторных	612		230	230

	работ по нормальной физиологии : учебное пособие для студентов, обучающихся по специальностям 060100 (040100)-Лечебное дело, 060103 (040200)-Педиатрия, 060104 (040300)-Медико-профилактическое дело, 0601089 (040500)-Фармация, 060109 (040600)-Сестринское дело / под ред. Н. А. Барбараш, М. В. Чичиленко ; Кемеровская государственная медицинская академия. - Кемерово : КГМА, 2006. - 116 с.	Р 851			
11	Тесты для проведения контроля знаний студентов и их самостоятельной работы при подготовке к лабораторным занятиям по нормальной физиологии : под ред. Н.А.Барбараш / Кемеровская гос. мед. академия МЗ РФ. - Изд. 2-е, перераб. - Кемерово : [б. и.], 2004. - 134 с.	612 Т 367	УМО	198	230
12.	Камкин, А. Г. Атлас по физиологии : в 2-х т. / А. Г. Камкин, И. С. Киселева. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2010 - Т. 1 : учебное пособие для студентов медицинских вузов. - 2010. - 408 с. Т. 2 : учебное пособие для студентов медицинских вузов. - 2012. - 444 с.	612 К 183	УМО	1 1	230

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ МОДУЛЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование кафедры	Вид помещения (учебная аудитория, лаборатория, компьютерный класс)	Местонахождение (адрес, наименование учреждения, корпус, номер аудитории)	Наименование оборудования и количество, год ввода в эксплуатацию	Вместимость, чел.	Общая площадь помещений, используемых в учебном процессе
1.	2.	3.	4.	5.	6.
Нормальной физиологии	Учебная комната № 1	г. Кемерово, ул. Ворошилова, 22а, главный корпус, № 513	Столы – 15+1, стулья – 30+1 (2009) Кушетка – 1 Раковина – 1 Доска учебная – 1 (2009) Таблица для определения остроты зрения – 1 (2009) Учебные стенды – 2 (2014) Портреты учёных-физиологов - 7	31	165,8 м^2
	Учебная комната № 2	г. Кемерово, ул. Ворошилова, 22а, главный корпус, № 516	Столы – 6+1, стулья – 12+1 (2009) Кушетка – 2 Доска учебная – 1 (2009)	13	
	Учебная комната №	г. Кемерово, ул.	Столы – 12+1, стулья	25	

	3	Ворошилова, 22а, главный корпус, № 517	– 24+1 (2009) Раковина – 1 Доска учебная – 1 (2009) Таблица для определения остроты зрения – 1 (2009) Учебные стенды – 2 (2014) Портреты учёных-физиологов - 8		
	Учебная комната № 4	г. Кемерово, ул. Ворошилова, 22а, главный корпус, № 514	Столы – 12+1, стулья – 24+1 (2009) Раковина – 1 Доска учебная – 1 (2009) Таблица для определения остроты зрения – 1 (2009) Учебные стенды – 1 (2014) Портреты учёных-физиологов - 6	25	
	Лекционный зал	г. Кемерово, ул. Ворошилова, 22а, главный корпус, № 2 (вне кафедры)	Мультимедийный проектор – 1 шт., Компьютер – 1 шт. Операционная система - Linux	250	
	Компьютерный класс	г. Кемерово, ул. Ворошилова, 22а, главный корпус, № 515	Стол компьютерный – 8 (2006), столы – 6+1, стулья – 28+1 (2009), DVD-плеер – 1 (2007), телевизор – 1 (2011), проектор – 1 (2003), компьютеры с ОС Linux – 8 (2003).	28	
	Лаборантская	г. Кемерово, ул. Ворошилова, 22а, главный корпус, № 508	Столы – 2, стулья – 2, кресла – 2, компьютер – 1, холодильник – 2, Ростомер – 1 (2013), весы напольные – 1 (2013), стенд с расписанием – 1, лабораторное оборудование: микроскопы – 19, молоток неврологический – 4, набор камертон – 3, периметр – 3, пневмотахометр – 3, спирометр – 4, тонометр механический – 9, тонометр автоматический – 2,		
	Табличная	г. Кемерово, ул. Ворошилова, 22а, главный корпус, № 511	Ультратермостат – 1 (2003), таблицы – 200, шкаф вытяжной – 1 (2003), стол – 1, раковина - 1		

	Экспериментальная лаборатория	г. Кемерово, ул. Ворошилова, 22а, главный корпус, № 504	Столы – 2 (2009), стулья – 2 (2009), шкаф – 1 (2011), компьютер – 1 (2009), кушетка – 1, раковина – 1, лампа щелевая – 1 (2013), энцефалограф – 1 (2013), электрокардиограф – 1 (2013), спирограф – 1 (2013)		
	Коридор с холлом	г. Кемерово, ул. Ворошилова, 22а, главный корпус	Стенд с расписанием – 1, стенд с информацией о сотрудниках кафедры – 1 (2014), учебные стенды – 33 (2014), журнальный стол – 1, стулья – 15 (2009)		

Рецензия

на рабочую программу дисциплины
"Валеология. Стресс и стрессреактивность человека"

Дисциплина "Валеология. Стресс и стрессреактивность человека" для студентов 2 курса, направление подготовки 31.05.01 «Лечебное дело», форма обучения очная.

Программа подготовлена на кафедре нормальной физиологии ГБОУ ВПО КемГМА Минздрава России, разработчик - д.м.н. Д.Ю. Кувшинов.

Рабочая программа включает разделы: паспорт программы с определением цели и задач дисциплины (модуля, практики); место дисциплины в структуре основной образовательной программы; общую трудоемкость дисциплины; результаты обучения представлены формируемыми компетенциями; образовательные технологии; формы промежуточной аттестации; содержание дисциплины и учебно-тематический план; перечень практических навыков; учебно-методическое, информационное и материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля, практики).

В рабочей программе дисциплины "Валеология. Стресс и стрессреактивность человека" указаны примеры оценочных средств для контроля уровня сформированности компетенций; критерии оценки текущего контроля знаний и промежуточной аттестации.

Образовательные технологии обучения характеризуются не только общепринятыми формами (лекции, клиническое практическое занятие), но и интерактивными формами, такими как лекции с элементами визуализации, просмотр видеофильмов, опережающая самостоятельная работа, составляющими 20% от аудиторных занятий, что соответствует требованиям ФГОС ВО. Учебно-методическое обеспечение дисциплины позволяет обеспечить каждого студента на потоке и соответствует требованиям ФГОС ВО по специальности 31.05.01 «Лечебное дело»

Таким образом, рабочая программа дисциплины полностью соответствует ФГОС ВО по специальности 31.05.01 "Лечебное дело", типовой программе дисциплины нормальная физиология и может быть использована в учебном процессе Кемеровской государственной медицинской академии.

д.м.н., профессор, зав. кафедрой
патологической физиологии КемГМА Г.В. Лисаченко

Подпись заверяю:
Специалист по кадрам

Рецензия

на рабочую программу дисциплины "Валеология. Стресс и стрессреактивность человека"

Дисциплина "Валеология. Стресс и стрессреактивность человека" для студентов 2 курса, направление подготовки 31.05.01 «Лечебное дело», форма обучения очная.

Программа подготовлена на кафедре нормальной физиологии ФГБОУ ВО КемГМУ Минздрава России, разработчик - д.м.н. Кувшинов Д.Ю.

Рабочая программа включает разделы: паспорт программы с определением цели и задач дисциплины (модуля, практики); место дисциплины в структуре основной образовательной программы; общую трудоемкость дисциплины; результаты обучения представлены формируемыми компетенциями; образовательные технологии; формы промежуточной аттестации; содержание дисциплины и учебно-тематический план; перечень практических навыков; учебно-методическое, информационное и материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля, практики).

В рабочей программе дисциплины "Валеология. Стресс и стрессреактивность человека"указаны примеры оценочных средств для контроля уровня сформированности компетенций; критерии оценки текущего контроля знаний и промежуточной аттестации.

В тематическом плане дисциплины выделены внутридисциплинарные модули: "Валеология". "Стресс и стрессреактивность человека",ч то отвечает требованию современного ФГОС ВО.

Образовательные технологии обучения характеризуются не только общепринятыми формами (лекции, практические занятия), но и интерактивными формами, такими как лекции с элементами визуализации, просмотр учебных видеофильмов, опережающая самостоятельная работа.

Таким образом, рабочая программа дисциплины полностью соответствует ФГОС ВО по специальности31.05.01 "Лечебное дело", типовой программе дисциплины нормальная физиология и может быть использована в учебном процессе Кемеровского государственного медицинского университета.

д.б.н., профессор, зав. кафедрой биологии
с основами генетики и паразитологии КемГМУ Л.В. Начева

Подпись заверяю:

Специалист по кадрам