

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
 д.м.н., профессор Коськина Е.В.

Е.В. Коськина



« 31 » 08 2020 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 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	2	72	12		36			24			зачет
Итого	2	72	12		36			24			зачет

Кемерово 2020

Лист изменений и дополнений РП

Дополнения и изменения в рабочей программе дисциплины
ВАЛЕОЛОГИЯ. СТРЕСС И СТРЕССРЕАКТИВНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА
на 2020 - 2021 учебный год.

<p>Перечень дополнений и изменений, внесенных в рабочую программу</p>
--

<p>В рабочую программу вносятся следующие изменения:</p>
--

- | |
|-----------------------|
| <p>1. ЭБС 2020 г.</p> |
|-----------------------|

5.1. Информационное обеспечение дисциплины

№ 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.	База данных «Электронная библиотека технического ВУЗа» (ЭБС «Консультант студента») [Электронный ресурс] / ООО «Политехресурс» г. Москва. – Режим доступа: http://www.studentlibrary.ru – по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю.	по договору, срок оказания услуги 01.01.2020– 31.12.2020
2.	Электронная база данных «Консультант врача. Электронная медицинская библиотека» [Электронный ресурс] / ООО «ВШОУЗ-КМК» г. Москва. – Режим доступа: http://www.rosmedlib.ru – по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю.	по договору, срок оказания услуги 01.01.2020– 31.12.2020
3.	База данных ЭБС «ЛАНЬ» - коллекция «Медицина - издательство «Лаборатория знаний», - коллекция «Языкознание и литературоведение – Издательство Златоуст» [Электронный ресурс] / ООО «ЭБС ЛАНЬ». – СПб. – Режим доступа: http://www.e.lanbook.com – по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю.	по договору, срок оказания услуги 01.01.2020– 31.12.2020
4.	«Электронная библиотечная система «Букап» [Электронный ресурс] / ООО «Букап» г. Томск. – Режим доступа: http://www.books-up.ru – по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю.	по договору, срок оказания услуги 01.01.2020– 31.12.2020
5.	«Электронно-библиотечная система «ЭБС ЮРАЙТ» [Электронный ресурс] / ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ» г. Москва. – Режим доступа: http://www.biblio-online.ru – по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю.	по договору, срок оказания услуги 01.01.2020– 31.12.2020
6.	База данных «Электронная библиотечная система «Медицинская библиотека «MEDLIB.RU» (ЭБС «MEDLIB.RU») [Электронный ресурс] / ООО «Медицинское информационное агентство» г. Москва. – Режим доступа: https://www.medlib.ru – по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю.	по договору, срок оказания услуги 01.01.2020– 31.12.2020
7.	Информационно-справочная система КОДЕКС с базой данных № 89781 «Медицина и здравоохранение» [Электронный ресурс] / ООО «ГК Кодекс». – г. Кемерово. – Режим доступа: http://www.kodeks.ru/medicina_i_zdravoohranenie#home – лицензионный доступ по локальной сети университета.	по договору, срок оказания услуги 01.01.2020 – 31.12.2020
8.	Справочная Правовая Система КонсультантПлюс [Электронный ресурс] / ООО «Компания ЛАД-ДВА». – М.– Режим доступа: http://www.consultant.ru – лицензионный доступ по локальной сети университета.	по договору, срок оказания услуги 01.01.2020 – 31.12.2020

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
 д.м.н., профессор Коськина Е.В.

Е.В. Коськина
 «27» *июня* 20 19 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	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	2	72	12		36			24			зачет
Итого	2	72	12		36			24			зачет

Кемерово 2019

Рабочая программа разработана в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки (специальности) 31.05.01 «Лечебное дело», квалификация «Врач-лечебник», утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 95 от «9» февраля 2016 г., зарегистрированным в Министерстве юстиции Российской Федерации «1» марта 2016 года (регистрационный номер 41276 от «1» марта 2016 года) и учебным планом по специальности 31.05.01 «Лечебное дело», утвержденным Ученым советом ФГБОУ ВО КемГМУ Минздрава России «28» февраля 2019 г.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры нормальной физиологии протокол № 9 от «14» 05 2019 г.

Рабочую программу разработал: заведующий кафедрой, д.м.н., доцент Д.Ю. Кувшинов

Рабочая программа согласована с деканом лечебного факультета, д.м.н., профессором [подпись] В.В. Павленко
«18» 06 2019 г.

Рабочая программа дисциплины одобрена ЦМС ФГБОУ ВО КемГМУ Минздрава России
«27» 06 2019 г. протокол № 6

Рабочая программа зарегистрирована в учебно-методическом управлении
Регистрационный номер 272
Начальник УМУ, д.м.н., доцент [подпись] Л.А. Леванова
«27» 06 2019 г.

ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

1.1. Цели и задачи освоения дисциплины

1.1.1. Целями освоения дисциплины «Валеология. Стресс и стрессреактивность человека» являются изучение 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-лечебника, стратегическое направление деятельности которого должно быть направлено на предупреждение болезней человека, на охрану и поддержание здоровья и здорового образа жизни, на формирование активной жизнедеятельности, а не только на лечение болезни.

1.1.2. Задачи дисциплины:

- сформировать представления о здоровье как многомерном, интегральном состоянии организма;
- приобретение знаний по основам физиологии адаптационных процессов и здорового образа жизни;
- сформировать 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.

1.2. Место дисциплины в структуре ОПОП

1.2.1. Дисциплина относится к Блоку 1 Обязательные дисциплины. Вариативная часть.

1.2.2. Для изучения дисциплины необходимы знания, умения и навыки, формируемые предшествующими дисциплинами/практиками: Биоэтика; Психология и педагогика; История медицины; Латинский язык; Физика, математика; Биология; Анатомия; Гистология, эмбриология, цитология.

1.2.3. Изучение дисциплины необходимо для получения знаний, умений и навыков, формируемых последующими дисциплинами/практиками: Патофизиология; Микробиология, вирусология; Неврология, медицинская генетика, нейрохирургия; Клиническая фармакология; Клиническая патофизиология; Факультетская терапия; Факультетская хирургия; Психиатрия, медицинская психология; Пропедевтика внутренних болезней; Офтальмология.

В основе преподавания данной дисциплины лежат следующие виды профессиональной деятельности:

1. Медицинская.

1.3. Компетенции, формируемые в результате освоения дисциплины

№ п/п	Компетенции		В результате изучения дисциплины обучающиеся должны			
	Код	Содержание компетенции	Знать	Уметь	Владеть	Оценочные средства
1	ОПК-7	готовность к использованию основных физико-химических, математических и иных естественнонаучных понятий и методов при решении профессиональных задач	- функциональные системы организмы человека, их регуляция и саморегуляция при воздействии с внешней средой в норме и патологии;	- 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 возраста)	Текущий контроль: Тесты 1-32 для проведения контроля знаний студентов и их самостоятельной работы Ситуационные задачи №
			- основные физиологические законы и закономерности, лежащие в основе процессов, протекающих в организме человека			Промежуточная аттестация: Билеты для зачета (20 шт.)
3	ОПК-9	способность к оценке морфофункциональных, физиологических состояний и патологических процессов в организме человека для решения профессиональных задач	- определение здоровья, взаимоотношение индивидуального, группового и общественного здоровья;	- составлять программу по воспитанию, формированию здорового образа жизни среди различных контингентов населения.	- методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации.	Текущий контроль: Тесты 1-32 для проведения контроля знаний студентов и их самостоятельной работы при Ситуационные задачи №
			- факторы, влияющие на здоровье, их значение и взаимосвязь - понятие адаптации, ее виды и причины дезадаптации.			- проводить диагностику здоровья и донологических состояний на индивидуальном уровне. - провести оценку

				результатов общего анализа крови.		
4	ПК-1	<p>способность и готовность к осуществлению комплекса 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 факторов среды его обитания</p>	<p>- основные принципы оценки уровня здоровья и процессов адаптации как на организменном, так и на системном, межсистемном и органном уровнях - поведенческие факторы риска развития заболеваний. - абиологические привычки и их влияние на организм - факторы среды, влияющие на здоровье человека. - негенитальные особенности здоровья человека.</p>	<p>- работать в группе с целью решения проблем здоровьесбережения</p>	<p>- методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации. - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности</p>	<p>Текущий контроль: Тесты 1-32 для проведения контроля знаний студентов и их самостоятельной работы</p>
						<p>Промежуточная аттестация: Билеты для зачета (20 шт.)</p>
5	ПК-15	<p>готовностью к обучению пациентов и их родственников основным гигиеническим мероприятиям оздоровительного характера, навыкам самоконтроля основных физиологических показателей, способствующим сохранению и укреплению здоровья, профилактике заболеваний</p>	<p>- сущность методик исследования различных функций здорового организма, используемых в практической медицине. - современные представления о стрессе, дистрессе и эустрессе, основные теории возникновения и развития стресса, иметь представления о</p>	<p>- работать в группе специалистов различных направлений с целью решения проблем здоровьесбережения; - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности</p>	<p>- способами выхода из конфликтных и кризисных ситуаций; - мерами по профилактике стрессовых ситуаций; - правила составления пищевого рациона; - методами оценки АД, пальпации пульса спирометрией, динамометрией, методами тестирования индивидуально-типологических свойств</p>	<p>Текущий контроль: Тесты 1-32 для проведения контроля знаний студентов и их самостоятельной работы Ситуационные задачи №</p>
						<p>Промежуточная аттестация: Билеты для зачета (20 шт.)</p>

			антистрессорных ситемах организма		личности человека.	
6	ПК-16	готовностью к просветительской деятельности по устранению факторов риска и формированию навыков здорового образа жизни	- пропагандировать 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 индивидуальную программу поведенческой коррекции образа жизни.	<p>Текущий контроль: Тесты 1-32 для проведения контроля знаний студентов и их самостоятельной работы Ситуационные задачи №</p> <p>Промежуточная аттестация: Билеты для зачета (20 шт.)</p>

1.4. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Трудоемкость всего		Семестры
	в зачетных единицах (ЗЕ)	в академических часах (ч)	III
			Трудоемкость по семестрам (ч)
Аудиторная работа, в том числе:	1,33	48	48
Лекции (Л)	0,33	12	12
Лабораторные практикумы (ЛП)			
Практические занятия (ПЗ)	1	36	36
Клинические практические занятия (КПЗ)			
Семинары (С)			
Самостоятельная работа студента (СРС), в том числе НИРС	0,67	24	24
Промежуточная аттестация:	зачет (З)		3
	экзамен (Э)		
Экзамен / зачет		зачет	зачет
ИТОГО	2	72	72

2. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость модуля дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 ч.

2.1. Учебно-тематический план дисциплины

№ п/п	Наименование разделов и тем	Семестр	Всего часов	Виды учебной работы			СРС
				Аудиторные часы			
				Л	ЛП	ПЗ	
1.	Раздел 1. Валеология	III	41	6		21	14
1.1	Основы валеологии.	III	7	2		3	2
1.2	Здоровье как состояние и свойство организма.	III	5			3	2
1.3	Физиология труда и утомления.	III	5			3	2
1.4	Факторы риска развития заболеваний.	III	5			3	2
1.5	Гиподинамия и неадекватное питание.	III	5			3	2
1.6	Табакокурение и здоровье.	III	7	2		3	2
1.7	Алкоголь и здоровье.	III	7	2		3	2
2	Раздел 2. Стресс и стрессреактивность человека.	III	31	6		15	10
2.1	Стресс. Стрессреактивность человека.	III	7	2		3	2
2.2	Антистрессорные системы	III	5			3	2
2.3	Биоритмы, стресс и здоровье.	III	7	2		3	2
2.4	Негенитальные особенности женского организма.	III	7	2		3	2
2.5	Оксид азота и стресс	III	5			3	2
	Зачет	III					
	Всего:	III	72	12		36	24

2.2. Лекционные (теоретические) занятия

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание лекционных занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
1	Раздел 1. Валеология	х	6	III	х	х	х
1.1	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 здоровья у студентов	2	III	ОПК-7. готовностью к использованию основных физико-химических, математических и иных естественнонаучных понятий и методов при решении профессиональных задач	Знать: - 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 организме человека Уметь: - определять и оценивать результаты электрокардиографии, спирографии; термометрии; гематологических показателей Владеть - навыками формирования заключения по результатам физиологических исследований - методами оценки и коррекции функциональных состояний и работоспособности человека (проводить экспресс-оценку уровня здоровья, биологического возраста)	Задачи раздел "Введение в физиологию человека. Физиология ЖВС" № 3, 9
					ОПК-9. Способность к оценке морфофункциональных, физиологических состояний и патологических процессов в организме человека для решения профессиональных задач	Знать: - определение здоровья, Взаимоотношение индивидуального, группового и общественного здоровья; - факторы, влияющие на здоровье, их значение и взаимосвязь; - понятие адаптации, ее виды и причины дезадаптации. Уметь: - составлять программу по воспитанию, формированию здорового образа жизни среди различных контингентов населения.; - проводить диагностику здоровья и донологических состояний на индивидуальном уровне. - провести оценку результатов общего анализа крови.	Задачи раздел "Введение в физиологию человека. Физиология ЖВС" № 3, 9

					<p>Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации.</p>		
				<p>ПК-1 способность и готовность к осуществлению комплекса 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 факторов среды его обитания</p>	<p>Знать: - основные принципы оценки уровня здоровья и процессов адаптации как на организменном, так и на системном, межсистемном и органном уровнях - поведенческие факторы риска развития заболеваний. - абиологические привычки и их влияние на организм - факторы среды, влияющие на здоровье человека. - негенитальные особенности здоровья человека.</p> <p>Уметь: - работать в группе с целью решения проблем здоровьесбережения</p> <p>Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации. - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности</p>	<p>Задачи раздел "Введение в физиологию человека. Физиология ЖВС" № 3, 9</p>	
1.2	Тема 2. Табакокурение и здоровье.	1. Понятие о табакокурении 2. Влияние табакокурения на здоровье. 3. Профилактика табакокурения.	2	III	<p>ОПК-7. готовность к использованию основных физико-химических, математических и иных естественнонаучных понятий и методов при решении профессиональных задач</p>	<p>Знать: - 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 организме человека</p> <p>Уметь: - определять и оценивать результаты электрокардиографии, спирографии; термометрии; гематологических показателей</p> <p>- провести оценку результатов общего анализа крови.</p> <p>Владеть: - навыками формирования заключения по результатам физиологических</p>	<p>Ситуационные задачи Раздел 6. Физиология дыхания. № 6, 7, 9.</p>

					исследований - методами оценки и коррекции функциональных состояний и работоспособности человека (проводить экспресс-оценку уровня здоровья, биологического возраста)	
				ОПК-9. Способность к оценке морфофункциональных, физиологических состояний и патологических процессов в организме человека для решения профессиональных задач	Знать: - определение здоровья, взаимоотношение индивидуального, группового и общественного здоровья; - факторы, влияющие на здоровье, их значение и взаимосвязь - понятие адаптации, ее виды и причины дезадаптации. Уметь: - 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. Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации.	Ситуационные задачи Раздел 6. Физиология дыхания. № 6, 7, 9.
				ПК-1 способность и готовность к осуществлению комплекса 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	Знать: - основные принципы оценки уровня здоровья и процессов адаптации как на организменном, так и на системном, межсистемном и органном уровнях - поведенческие факторы риска развития заболеваний. - абиологические привычки и их влияние на организм - факторы среды, влияющие на здоровье человека. - негенитальные особенности здоровья человека. Уметь: - работать в группе с целью решения проблем здоровьесбережения Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации. - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности	Ситуационные задачи Раздел 6. Физиология дыхания. № 6, 7, 9.

					направленных на устранение вредного влияния на здоровье человека факторов среды его обитания		
					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	Знать: - о сущности методик исследования различных функций здорового организма, используемых в практической медицине. - современные представления о стрессе, дистрессе и эустрессе, основные теории возникновения и развития стресса, иметь представления о антистрессорных ситемах организма. Уметь:- работать в группе специалистов различных направлений с целью решения проблем здоровьесбережения; - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности Владеть: - способами выхода из конфликтных и кризисных ситуаций; - мерами по профилактике стрессовых ситуаций; - правила составления пищевого рациона; - методами оценки АД, пальпации пульса спирометрией, динамометрией, методами тестирования индивидуально-типологических свойств личности человека.	Ситуационные задачи Раздел 6. Физиология дыхания. № 3, 5
					ПК-16 готовностью к просветительской деятельности по устранению факторов риска и формированию навыков здорового образа жизни	Знать - об основах пропаганды здорового образа жизни. Уметь: - составлять индивидуальную программу поведенческой коррекции образа жизни; - формировать здоровый образ жизни среди различных контингентов населения с учетом половых, возрастных и других индивидуальных особенностей организма Владеть: - составлять индивидуальную программу поведенческой коррекции образа жизни.	Ситуационные задачи Раздел 6. Физиология дыхания. № 9
1.3	Тема 3. Алкоголь и здоровье.	1. Алкоголь и механизмы его воздействия на организм	2	III	ОПК-7. готовностью к использованию	Знать: - функциональные системы организмы человека, их регуляция и саморегуляция при	Ситуационные задачи Раздел 1.

		<p>2. Отрицательное влияние алкоголизма на здоровье. 3. Профилактика алкоголизма.</p>		<p>основных физико-химических, математических и иных естественнонаучных понятий и методов при решении профессиональных задач</p>	<p>воздействии с внешней средой в норме и патологии; - основные физиологические законы и закономерности, лежащие в основе процессов, протекающих в организме человека Уметь: - определять и оценивать результаты электрокардиографии, спирографии; термометрии; гематологических показателей - провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - навыками формирования заключения по результатам физиологических исследований - методами оценки и коррекции функциональных состояний и работоспособности человека (проводить экспресс-оценку уровня здоровья, биологического возраста)</p>	<p>Физиология крови. № 3. Раздел 8. Физиология пищеварения, выделения. Физиология пищеварения № 16</p>
				<p>ОПК-9. Способность к оценке морфофункциональных, физиологических состояний и патологических процессов в организме человека для решения профессиональных задач</p>	<p>Знать: - определение здоровья, взаимоотношение индивидуального, группового и общественного здоровья; - факторы, влияющие на здоровье, их значение и взаимосвязь - понятие адаптации, ее виды и причины дезадаптации. Уметь: - составлять программу по воспитанию, формированию здорового образа жизни среди различных контингентов населения. - проводить диагностику здоровья и донологических состояний на индивидуальном уровне. - провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации.</p>	<p>Ситуационные задачи Раздел 1. Физиология крови. № 3. Раздел 8. Физиология пищеварения, выделения. Физиология пищеварения № 16</p>

				<p>ПК-1 способность и готовность к осуществлению комплекса 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 факторов среды его обитания</p>	<p>Знать: - основные принципы оценки уровня здоровья и процессов адаптации как на организменном, так и на системном, межсистемном и органном уровнях - поведенческие факторы риска развития заболеваний. - абиологические привычки и их влияние на организм - факторы среды, влияющие на здоровье человека. - негенитальные особенности здоровья человека. Уметь: - работать в группе с целью решения проблем здоровьесбережения Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации. - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности</p>	<p>Ситуационные задачи Раздел 1. Физиология крови. № 3. Раздел 8. Физиология пищеварения, выделения. Физиология пищеварения № 16</p>
				<p>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</p>	<p>Знать: - о сущности методик исследования различных функций здорового организма, используемых в практической медицине. - современные представления о стрессе, дистрессе и эустрессе, основные теории возникновения и развития стресса, иметь представления о антистрессорных ситемах организма. Уметь:- работать в группе специалистов различных направлений с целью решения проблем здоровьесбережения; - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности Владеть: - способами выхода из конфликтных и кризисных ситуаций; - мерами по профилактике стрессовых ситуаций;</p>	<p>Ситуационные задачи Раздел 8. Физиология пищеварения, выделения. Физиология пищеварения № 9</p>

						- правила составления пищевого рациона; - 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	Знать - об основах пропаганды здорового образа жизни. Уметь: - составлять индивидуальную программу поведенческой коррекции образа жизни; - формировать здоровый образ жизни среди различных контингентов населения с учетом половых, возрастных и других индивидуальных особенностей организма Владеть: - составлять индивидуальную программу поведенческой коррекции образа жизни.	Ситуационные задачи Раздел 8. Физиология пищеварения, выделения. Физиология пищеварения № 20, 26
2	Раздел 2. Стресс и стрессреактивность человека.		х	6	III	х	х
2.1	Тема 1. Стресс. Стрессреактивность человека.	1. Формы проявления стресса: поведенческие, интеллектуальные, физиологические, эмоциональные. 2. Нервно-рефлекторные и гуморальные механизмы стресс-реакции 3. Оценка уровня стресса: объективные методы, субъективные методы оценки уровня стресса. Прогноз уровня стресса. 4. Последствия стресса. Психосоматические заболевания.	2	III	ОПК-7. готовностью к использованию основных физико-химических, математических и иных естественнонаучных понятий и методов при решении профессиональных задач	Знать: - 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 организме человека Уметь: - определять и оценивать результаты электрокардиографии, спирографии; термометрии; гематологических показателей - провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - навыками формирования заключения по результатам физиологических исследований - методами оценки и коррекции функциональных состояний и работоспособности человека (проводить экспресс-оценку уровня здоровья, биологического возраста)	Раздел 8. Внутренняя секреция Тесты № 17-32
					ОПК-9. Способность к	Знать: - определение здоровья,	Раздел 8.

				<p>оценке морфофункциональных, физиологических состояний и патологических процессов в организме человека для решения профессиональных задач</p>	<p>взаимоотношение индивидуального, группового и общественного здоровья; - факторы, влияющие на здоровье, их значение и взаимосвязь - понятие адаптации, ее виды и причины дезадаптации. Уметь: - составлять программу по воспитанию, формированию здорового образа жизни среди различных контингентов населения. - проводить диагностику здоровья и донологических состояний на индивидуальном уровне. - провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации.</p>	<p>Внутренняя секреция Тесты № 17-32</p>
				<p>ПК-1 способность и готовность к осуществлению комплекса 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 факторов среды его обитания</p>	<p>Знать: - основные принципы оценки уровня здоровья и процессов адаптации как на организменном, так и на системном, межсистемном и органном уровнях - поведенческие факторы риска развития заболеваний. - биологические привычки и их влияние на организм - факторы среды, влияющие на здоровье человека. - негенитальные особенности здоровья человека. Уметь: - работать в группе с целью решения проблем здоровьесбережения Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации. - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности</p>	<p>Раздел 8. Внутренняя секреция Тесты № 17-32</p>

				<p>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</p>	<p>Знать: - о сущности методик исследования различных функций здорового организма, используемых в практической медицине. - современные представления о стрессе, дистрессе и эустрессе, основные теории возникновения и развития стресса, иметь представления о антистрессорных ситемах организма. Уметь:- работать в группе специалистов различных направлений с целью решения проблем здоровьесбережения;- оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности Владеть: - способами выхода из конфликтных и кризисных ситуаций; - мерами по профилактике стрессовых ситуаций; - правила составления пищевого рациона; - методами оценки АД, пальпации пульса спирометрией, динамометрией, методами тестирования индивидуально-типологических свойств личности человека.</p>	<p>Раздел 8. Внутренняя секреция Тесты № 1-7</p>
				<p>ПК-16 готовностью к просветительской деятельности по устранению факторов риска и формированию навыков здорового образа жизни</p>	<p>Знать - об основах пропаганды здорового образа жизни. Уметь: - составлять индивидуальную программу поведенческой коррекции образа жизни; - формировать здоровый образ жизни среди различных контингентов населения с учетом половых, возрастных и других индивидуальных особенностей организма Владеть: - составлять индивидуальную программу поведенческой коррекции образа жизни.</p>	<p>Раздел 8. Внутренняя секреция Тесты № 8-16</p>

2.2	Тема 2. Биоритмы, стресс и здоровье	<p>1. Понятие о биоритмах. Виды биоритмов</p> <p>2. Понятие о биологических часах. Роль гипоталамуса и эпифиза.</p> <p>3. Десинхронозы - виды, причины возникновения, принципы профилактики организма человека.</p> <p>5. Индивидуальный год человека</p> <p>6. Влияние стрессов на биоритмы человека. Постоянный цейтнот как источник стресса.</p>	2	III	<p>ОПК-7. готовностью к использованию основных физико-химических, математических и иных естественнонаучных понятий и методов при решении профессиональных задач</p>	<p>Знать: - 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 организме человека</p> <p>Уметь: - определять и оценивать результаты электрокардиографии, спирографии; термометрии; гематологических показателей</p> <p>- провести оценку результатов общего анализа крови.</p> <p>Владеть: - навыками формирования заключения по результатам физиологических исследований</p> <p>- методами оценки и коррекции функциональных состояний и работоспособности человека (проводить экспресс-оценку уровня здоровья, биологического возраста)</p>	<p>Раздел 12. Заключение</p> <p>Поведение. Труд.</p> <p>Адаптация организма и здоровье</p> <p>Тесты № 1-11</p>
					<p>ОПК-9. Способность к оценке морфофункциональных, физиологических состояний и патологических процессов в организме человека для решения профессиональных задач</p>	<p>Знать: - определение здоровья, взаимоотношение индивидуального, группового и общественного здоровья; - факторы, влияющие на здоровье, их значение и взаимосвязь - понятие адаптации, ее виды и причины дезадаптации.</p> <p>Уметь: - составлять программу по воспитанию, формированию здорового образа жизни среди различных контингентов населения. - проводить диагностику здоровья и донологических состояний на индивидуальном уровне. - провести оценку результатов общего анализа крови.</p> <p>Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации.</p>	<p>Раздел 12. Заключение</p> <p>Поведение. Труд.</p> <p>Адаптация организма и здоровье</p> <p>Тесты № 1-11</p>
					<p>ПК-1 способность и готовность к осуществлению комплекса</p>	<p>Знать: - основные принципы оценки уровня здоровья и процессов адаптации как на организменном, так и на системном, межсистемном и органном уровнях</p>	<p>Раздел 12. Заключение</p> <p>Поведение. Труд.</p> <p>Адаптация</p>

					<p>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 факторов среды его обитания</p>	<p>- поведенческие факторы риска развития заболеваний. - абиологические привычки и их влияние на организм - факторы среды, влияющие на здоровье человека. - негенитальные особенности здоровья человека.</p> <p>Уметь: - работать в группе с целью решения проблем здоровьесбережения</p> <p>Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации. - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности</p>	<p>организма и здоровье</p> <p>Тесты № 1-11</p>
2.3	Тема 3. Негенитальные особенности женского организма.	<p>1. Особенности системы транспорта кислорода в женском организме.</p> <p>2. Особенности работоспособности женщин и мужчин.</p> <p>3. Устойчивость к стрессам и ее отличия у мужчин и женщин.</p>	2	III	<p>ОПК-7. готовностью к использованию основных физико-химических, математических и иных естественнонаучных понятий и методов при решении профессиональных задач</p>	<p>Знать: - 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 организме человека</p> <p>Уметь: - определять и оценивать результаты электрокардиографии, спирографии; термометрии; гематологических показателей</p> <p>- провести оценку результатов общего анализа крови.</p> <p>Владеть: - навыками формирования заключения по результатам физиологических исследований</p> <p>- методами оценки и коррекции функциональных состояний и работоспособности человека (проводить экспресс-оценку уровня здоровья, биологического возраста)</p>	<p>Раздел Введение в физиологию человека.</p> <p>Физиология ЖВС.</p> <p>Ситуационные задачи № 6, 10, 17</p>
					<p>ОПК-9. Способность к оценке</p>	<p>Знать: - определение здоровья, взаимоотношение индивидуального,</p>	<p>Раздел Введение в физиологию</p>

				<p>морфофункциональных, физиологических состояний и патологических процессов в организме человека для решения профессиональных задач</p>	<p>группового и общественного здоровья; - факторы, влияющие на здоровье, их значение и взаимосвязь - понятие адаптации, ее виды и причины дезадаптации. Уметь: - 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. Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации.</p>	<p>человека. Физиология ЖВС. Ситуационные задачи № 6, 10, 17</p>
				<p>ПК-1 способность и готовность к осуществлению комплекса 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 факторов среды его обитания</p>	<p>Знать: - основные принципы оценки уровня здоровья и процессов адаптации как на организменном, так и на системном, межсистемном и органном уровнях - поведенческие факторы риска развития заболеваний. - биологические привычки и их влияние на организм - факторы среды, влияющие на здоровье человека. - негенитальные особенности здоровья человека. Уметь: - работать в группе с целью решения проблем здоровьесбережения Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации. - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности</p>	<p>Раздел Введение в физиологию человека. Физиология ЖВС. Ситуационные задачи № 6, 10, 17</p>
Всего часов		12	III	x	x	x

2.4. Практические занятия

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
1	Раздел 1. Валеология	х	21	III	х	х	х
1.1	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 здоровья у студентов	3	III	ОПК-7. готовностью к использованию основных физико-химических, математических и иных естественнонаучных понятий и методов при решении профессиональных задач	Знать: - 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 организме человека Уметь: - определять и оценивать результаты электрокардиографии, спирографии; термометрии; гематологических показателей - провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - навыками формирования заключения по результатам физиологических исследований - методами оценки и коррекции функциональных состояний и работоспособности человека (проводить экспресс-оценку уровня здоровья, биологического возраста)	Раздел 12. Заключение Поведение. Труд. Адаптация организма и здоровье Тесты № 1-12
					ОПК-9. Способность к оценке морфофункциональных, физиологических состояний и патологических процессов в организме человека для решения профессиональных задач	Знать: - определение здоровья, взаимоотношение индивидуального, группового и общественного здоровья; - факторы, влияющие на здоровье, их значение и взаимосвязь - понятие адаптации, ее виды и причины дезадаптации. Уметь: - составлять программу по воспитанию, формированию здорового образа жизни среди различных контингентов населения. - проводить диагностику здоровья и донологических состояний на индивидуальном уровне. - провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - методиками определения и оценки	Раздел 12. Заключение Поведение. Труд. Адаптация организма и здоровье Тесты № 1-12

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
						факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации.	
					ПК-1 способность и готовность к осуществлению комплекса 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 факторов среды его обитания	Знать: - основные принципы оценки уровня здоровья и процессов адаптации как на организменном, так и на системном, межсистемном и органном уровнях - поведенческие факторы риска развития заболеваний. - абиологические привычки и их влияние на организм - факторы среды, влияющие на здоровье человека. - негенитальные особенности здоровья человека. Уметь: - работать в группе с целью решения проблем здоровьесбережения Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации. - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности	Раздел 12. Заключение Поведение. Труд. Адаптация организма и здоровье Тесты № 1-12
1.2	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.	3	III	ОПК-7. готовностью к использованию основных физико-химических, математических и иных естественнонаучных понятий и методов при решении профессиональных	Знать: - 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 организме человека Уметь: - определять и оценивать результаты электрокардиографии, спирометрии; гематологических показателей	Раздел 12. Заключение Поведение. Труд. Адаптация организма и здоровье Тесты № 28, 31, 32

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
					задач	- провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - навыками формирования заключения по результатам физиологических исследований - методами оценки и коррекции функциональных состояний и работоспособности человека (проводить экспресс-оценку уровня здоровья, биологического возраста)	
					ОПК-9. Способность к оценке морфофункциональных, физиологических состояний и патологических процессов в организме человека для решения профессиональных задач	Знать: - определение здоровья, взаимоотношение индивидуального, группового и общественного здоровья; - факторы, влияющие на здоровье, их значение и взаимосвязь - понятие адаптации, ее виды и причины дезадаптации. Уметь: - составлять программу по воспитанию, формированию здорового образа жизни среди различных контингентов населения. - проводить диагностику здоровья и донологических состояний на индивидуальном уровне. - провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации.	Раздел 12. Заклучение Поведение. Труд. Адаптация организма и здоровье Тесты № 28, 31, 32
					ПК-1 способность и готовность к осуществлению комплекса мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья и включающих в себя формирование	Знать: - основные принципы оценки уровня здоровья и процессов адаптации как на организменном, так и на системном, межсистемном и органном уровнях - поведенческие факторы риска развития заболеваний. - абиологические привычки и их влияние на организм - факторы среды, влияющие на здоровье человека. - негенитальные особенности здоровья человека.	Раздел 12. Заклучение Поведение. Труд. Адаптация организма и здоровье Тесты № 28, 31, 32

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
					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 факторов среды его обитания	Уметь: - работать в группе с целью решения проблем здоровьесбережения Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации. - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности	
1.3	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	3	III	ОПК-7. готовностью к использованию основных физико-химических, математических и иных естественнонаучных понятий и методов при решении профессиональных задач	Знать: - 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 организме человека Уметь: - определять и оценивать результаты электрокардиографии, спирографии; термометрии; гематологических показателей - провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - навыками формирования заключения по результатам физиологических исследований - методами оценки и коррекции функциональных состояний и работоспособности человека (проводить экспресс-оценку уровня здоровья, биологического возраста)	Раздел 12. Заключение Поведение. Труд. Адаптация организма и здоровье Тесты № 1-8
					ОПК-9. Способность к оценке морфофункциональных, физиологических	Знать: - определение здоровья, взаимоотношение индивидуального, группового и общественного здоровья; - факторы, влияющие на здоровье, их	Раздел 12. Заключение Поведение. Труд. Адаптация

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
					<p>состояний и патологических процессов в организме человека для решения профессиональных задач</p>	<p>значение и взаимосвязь - понятие адаптации, ее виды и причины дезадаптации. Уметь: - 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. Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации.</p>	<p>организма и здоровье Тесты № 1-8</p>
					<p>ПК-1 способность и готовность к осуществлению комплекса 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 факторов среды</p>	<p>Знать: - основные принципы оценки уровня здоровья и процессов адаптации как на организменном, так и на системном, межсистемном и органном уровнях - поведенческие факторы риска развития заболеваний. - биологические привычки и их влияние на организм - факторы среды, влияющие на здоровье человека. - негенитальные особенности здоровья человека. Уметь: - работать в группе с целью решения проблем здоровьесбережения Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации. - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности</p>	<p>Раздел 12. Заклучение Поведение. Труд. Адаптация организма и здоровье Тесты № 1-8</p>

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
					его обитания		
					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	Знать: - о сущности методик исследования различных функций здорового организма, используемых в практической медицине. - современные представления о стрессе, дистрессе и эустрессе, основные теории возникновения и развития стресса, иметь представления о антистрессорных ситемах организма. Уметь:- работать в группе специалистов различных направлений с целью решения проблем здоровьесбережения; - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности Владеть: - способами выхода из конфликтных и кризисных ситуаций; - мерами по профилактике стрессовых ситуаций; - правила составления пищевого рациона; - методами оценки АД, пальпации пульса спирометрией, динамометрией, методами тестирования индивидуально-типологических свойств личности человека.	Раздел 12. Заключение Поведение. Труд. Адаптация организма и здоровье Тесты № 10-14
					ПК-16 готовностью к просветительской деятельности по устранению факторов риска и формированию навыков здорового образа жизни	Знать - об основах пропаганды здорового образа жизни. Уметь: - составлять индивидуальную программу поведенческой коррекции образа жизни; - формировать здоровый образ жизни среди различных контингентов населения с учетом половых, возрастных и других индивидуальных особенностей организма Владеть: - составлять индивидуальную программу поведенческой коррекции образа жизни.	Раздел 12. Заключение Поведение. Труд. Адаптация организма и здоровье Тесты № 14-18
1.4	Тема 4. Факторы риска развития заболеваний.	1. Факторы риска, определяющие уровень здоровья, их количественная и	3	III	ОПК-7. готовностью к использованию основных физико-	Знать: - функциональные системы организмы человека, их регуляция и саморегуляция при воздействии с внешней средой в норме и	Задачи раздел "Введение в физиологию

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
		качественная оценка. 2. Абиологические привычки и их влияние на здоровье			химических, математических и иных естественнонаучных понятий и методов при решении профессиональных задач	патологии; - основные физиологические законы и закономерности, лежащие в основе процессов, протекающих в организме человека Уметь: - определять и оценивать результаты электрокардиографии, спирографии; термометрии; гематологических показателей - провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - навыками формирования заключения по результатам физиологических исследований - методами оценки и коррекции функциональных состояний и работоспособности человека (проводить экспресс-оценку уровня здоровья, биологического возраста)	человека. Физиология ЖВС" № 1-7
					ОПК-9. Способность к оценке морфофункциональных, физиологических состояний и патологических процессов в организме человека для решения профессиональных задач	Знать: - определение здоровья, взаимоотношение индивидуального, группового и общественного здоровья; - факторы, влияющие на здоровье, их значение и взаимосвязь - понятие адаптации, ее виды и причины дезадаптации. Уметь: - составлять программу по воспитанию, формированию здорового образа жизни среди различных контингентов населения. - проводить диагностику здоровья и донологических состояний на индивидуальном уровне. - провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации.	Задачи раздел "Введение в физиологию человека. Физиология ЖВС" № 1-7
					ПК-1 способность и готовность к осуществлению комплекса	Знать: - основные принципы оценки уровня здоровья и процессов адаптации как на организменном, так и на системном, межсистемном и органном уровнях -	Задачи раздел "Введение в физиологию человека.

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
					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 факторов среды его обитания	поведенческие факторы риска развития заболеваний. - абиологические привычки и их влияние на организм - факторы среды, влияющие на здоровье человека. - негенитальные особенности здоровья человека. Уметь: - работать в группе с целью решения проблем здоровьесбережения Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации. - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности	Физиология ЖВС" № 1-7
1.5	Тема 5. Гиподинамия и адекватное 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	3	III	ОПК-7. готовностью к использованию основных физико-химических, математических и иных естественнонаучных понятий и методов при решении профессиональных задач	Знать: - 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 организме человека Уметь: - определять и оценивать результаты электрокардиографии, спирографии; термометрии; гематологических показателей - провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - навыками формирования заключения по результатам физиологических исследований - методами оценки и коррекции функциональных состояний и работоспособности человека (проводить	Раздел 6. Пищеварение Тема 1. Функциональная система питания. Пищеварение в полости рта и в желудке Тесты № 1-3, 11, 25, 32 Раздел 5. Обмен веществ и энергии. Терморегуляция. Ситуационные задачи № 2, 3, 4

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
						экспресс-оценку уровня здоровья, биологического возраста)	
					ОПК-9. Способность к оценке морфофункциональных, физиологических состояний и патологических процессов в организме человека для решения профессиональных задач	Знать: - определение здоровья, взаимоотношение индивидуального, группового и общественного здоровья; - факторы, влияющие на здоровье, их значение и взаимосвязь - понятие адаптации, ее виды и причины дезадаптации. Уметь: - 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. Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации.	Раздел 6. Пищеварение Тема 1. Функциональная система питания. Пищеварение в полости рта и в желудке Тесты № 1-3, 11, 25, 32 Раздел 5. Обмен веществ и энергии. Терморегуляция. Ситуационные задачи № 2, 3, 4
					ПК-1 способность и готовность к осуществлению комплекса 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	Знать: - основные принципы оценки уровня здоровья и процессов адаптации как на организменном, так и на системном, межсистемном и органном уровнях - поведенческие факторы риска развития заболеваний. - абиологические привычки и их влияние на организм - факторы среды, влияющие на здоровье человека. - негенитальные особенности здоровья человека. Уметь: - работать в группе с целью решения проблем здоровьесбережения Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации. -	Раздел 6. Пищеварение Тема 1. Функциональная система питания. Пищеварение в полости рта и в желудке Тесты № 1-3, 11, 25, 32 Раздел 5. Обмен веществ и энергии. Терморегуляция. Ситуационные задачи № 2, 3, 4

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
					причин и условий их возникновения и развития, а также направленных на устранение вредного влияния на здоровье человека факторов среды его обитания	оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности	
1.6	Тема 6. Табакокурение и здоровье.	1. Понятие о табакокурении 2. Влияние табакокурения на здоровье. 3. Профилактика табакокурения.	3	III	ОПК-7. готовностью к использованию основных физико-химических, математических и иных естественнонаучных понятий и методов при решении профессиональных задач	Знать: - 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 организме человека Уметь: - определять и оценивать результаты электрокардиографии, спирографии; термометрии; гематологических показателей - провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - навыками формирования заключения по результатам физиологических исследований - методами оценки и коррекции функциональных состояний и работоспособности человека (проводить экспресс-оценку уровня здоровья, биологического возраста)	Ситуационные задачи Раздел 6. Физиология дыхания. № 6, 7, 9.
					ОПК-9. Способность к оценке морфофункциональных, физиологических состояний и патологических процессов в организме человека для решения профессиональных задач	Знать: - определение здоровья, взаимоотношение индивидуального, группового и общественного здоровья; - факторы, влияющие на здоровье, их значение и взаимосвязь - понятие адаптации, ее виды и причины дезадаптации. Уметь: - составлять программу по воспитанию, формированию здорового образа жизни среди различных континентов населения. - проводить диагностику здоровья	Ситуационные задачи Раздел 6. Физиология дыхания. № 6, 7, 9.

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
						и донозологических состояний на индивидуальном уровне. - провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации.	
					ПК-1 способность и готовность к осуществлению комплекса 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 факторов среды его обитания	Знать: - основные принципы оценки уровня здоровья и процессов адаптации как на организменном, так и на системном, межсистемном и органном уровнях - поведенческие факторы риска развития заболеваний. - абиологические привычки и их влияние на организм - факторы среды, влияющие на здоровье человека. - негенитальные особенности здоровья человека. Уметь: - работать в группе с целью решения проблем здоровьесбережения Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации. - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности	Ситуационные задачи Раздел 6. Физиология дыхания. № 6, 7, 9.
					ПК-15 готовностью к обучению пациентов и их родственников основным гигиеническим	Знать: - о сущности методик исследования различных функций здорового организма, используемых в практической медицине. - современные представления о стрессе, дистрессе и эустрессе,	Ситуационные задачи Раздел 6. Физиология дыхания. № 5

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
					мероприятиям оздоровительного характера, навыкам самоконтроля основных физиологических показателей, способствующим сохранению и укреплению здоровья, профилактике заболеваний	основные теории возникновения и развития стресса, иметь представления о антистрессорных ситемах организма. Уметь:- работать в группе специалистов различных направлений с целью решения проблем здоровьесбережения; - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности Владеть: - способами выхода из конфликтных и кризисных ситуаций; - мерами по профилактике стрессовых ситуаций; - правила составления пищевого рациона; - 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	Знать - об основах пропаганды здорового образа жизни. Уметь: - составлять индивидуальную программу поведенческой коррекции образа жизни; - формировать здоровый образ жизни среди различных контингентов населения с учетом половых, возрастных и других индивидуальных особенностей организма Владеть: - составлять индивидуальную программу поведенческой коррекции образа жизни.	Ситуационные задачи Раздел 6. Физиология дыхания. № 9
1.7	Тема 7. Алкоголь и здоровье.	1. Алкоголь и механизмы его воздействия на организм 2. Отрицательное влияние алкоголизма на здоровье. 3. Профилактика алкоголизма.	3	III	ОПК-7. готовностью к использованию основных физико-химических, математических и иных естественнонаучных понятий и методов при решении профессиональных	Знать: - 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 организме человека Уметь: - определять и оценивать результаты электрокардиографии, спирографии; термометрии; гематологических показателей	Ситуационные задачи Раздел 1. Физиология крови. № 3. Раздел 8. Физиология пищеварения, выделения. Физиология

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
					задач	- провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - навыками формирования заключения по результатам физиологических исследований - методами оценки и коррекции функциональных состояний и работоспособности человека (проводить экспресс-оценку уровня здоровья, биологического возраста)	пищеварения № 16
					ОПК-9. Способность к оценке морфофункциональных, физиологических состояний и патологических процессов в организме человека для решения профессиональных задач	Знать: - определение здоровья, взаимоотношение индивидуального, группового и общественного здоровья; - факторы, влияющие на здоровье, их значение и взаимосвязь - понятие адаптации, ее виды и причины дезадаптации. Уметь: - составлять программу по воспитанию, формированию здорового образа жизни среди различных контингентов населения. - проводить диагностику здоровья и донологических состояний на индивидуальном уровне. - провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации.	Ситуационные задачи Раздел 1. Физиология крови. № 3. Раздел 8. Физиология пищеварения, выделения. Физиология пищеварения № 16

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
					<p>ПК-1 способность и готовность к осуществлению комплекса 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 факторов среды его обитания</p>	<p>Знать: - основные принципы оценки уровня здоровья и процессов адаптации как на организменном, так и на системном, межсистемном и органном уровнях - поведенческие факторы риска развития заболеваний. - абиологические привычки и их влияние на организм - факторы среды, влияющие на здоровье человека. - негенитальные особенности здоровья человека.</p> <p>Уметь: - работать в группе с целью решения проблем здоровьесбережения</p> <p>Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации. - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности</p>	<p>Ситуационные задачи Раздел 1. Физиология крови. № 3. Раздел 8. Физиология пищеварения, выделения. Физиология пищеварения № 16</p>
					<p>ПК-15 готовностью к обучению пациентов и их родственников основным гигиеническим мероприятиям оздоровительного характера, навыкам самоконтроля основных физиологических показателей,</p>	<p>Знать: - о сущности методик исследования различных функций здорового организма, используемых в практической медицине. - современные представления о стрессе, дистрессе и эустрессе, основные теории возникновения и развития стресса, иметь представления о антистрессорных ситемах организма.</p> <p>Уметь:- работать в группе специалистов различных направлений с целью решения проблем здоровьесбережения; - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности</p>	<p>Ситуационные задачи Раздел 8. Физиология пищеварения, выделения. Физиология пищеварения № 3-4</p>

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
					способствующим сохранению и укреплению здоровья, профилактике заболеваний	Владеть: - способами выхода из конфликтных и кризисных ситуаций; - мерами по профилактике стрессовых ситуаций; - правила составления пищевого рациона; - 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	Знать - об основах пропаганды здорового образа жизни. Уметь: - составлять индивидуальную программу поведенческой коррекции образа жизни; - формировать здоровый образ жизни среди различных контингентов населения с учетом половых, возрастных и других индивидуальных особенностей организма Владеть: - составлять индивидуальную программу поведенческой коррекции образа жизни.	Ситуационные задачи Раздел 8. Физиология пищеварения, выделения. Физиология пищеварения № 5-6
2	Раздел 2. Стресс и стрессреактивность человека.	х	15	III	х	х	х
2.1	Тема 1. Стресс. Стрессреактивность человека.	1. Формы проявления стресса: поведенческие, интеллектуальные, физиологические, эмоциональные. 2. Нервно-рефлекторные и гуморальные механизмы стресс-реакции 3. Оценка уровня стресса: объективные методы, субъективные методы оценки уровня стресса. Прогноз уровня стресса. 4. Последствия стресса.	3	III	ОПК-7. готовностью к использованию основных физико-химических, математических и иных естественнонаучных понятий и методов при решении профессиональных задач	Знать: - 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 организме человека Уметь: - определять и оценивать результаты электрокардиографии, спирографии; термометрии; гематологических показателей - провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - навыками формирования заключения по результатам физиологических исследований - методами оценки и коррекции	Раздел 8. Внутренняя секреция Тесты № 17-32

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
		Психосоматические заболевания.				функциональных состояний и работоспособности человека (проводить экспресс-оценку уровня здоровья, биологического возраста)	
					ОПК-9. Способность к оценке морфофункциональных, физиологических состояний и патологических процессов в организме человека для решения профессиональных задач	Знать: - определение здоровья, взаимоотношение индивидуального, группового и общественного здоровья; - факторы, влияющие на здоровье, их значение и взаимосвязь - понятие адаптации, ее виды и причины дезадаптации. Уметь: - 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. Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации.	Раздел 8. Внутренняя секреция Тесты № 17-32
					ПК-1 способность и готовность к осуществлению комплекса мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья и включающих в себя формирование здорового образа жизни, предупреждение возникновения и (или) распространения заболеваний, их раннюю	Знать: - основные принципы оценки уровня здоровья и процессов адаптации как на организменном, так и на системном, межсистемном и органном уровнях - поведенческие факторы риска развития заболеваний. - абиологические привычки и их влияние на организм - факторы среды, влияющие на здоровье человека. - негенитальные особенности здоровья человека. Уметь: - работать в группе с целью решения проблем здоровьесбережения Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной	Раздел 8. Внутренняя секреция Тесты № 17-32

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
					диагностику, выявление причин и условий их возникновения и развития, а также направленных на устранение вредного влияния на здоровье человека факторов среды его обитания	коррекции состояния дезадаптации. - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности	
					ПК-15 готовностью к обучению пациентов и их родственников гигиеническим мероприятиям оздоровительного характера, навыкам самоконтроля основных физиологических показателей, способствующим сохранению и укреплению здоровья, профилактике заболеваний	Знать: - о сущности методик исследования различных функций здорового организма, используемых в практической медицине. - современные представления о стрессе, дистрессе и эустрессе, основные теории возникновения и развития стресса, иметь представления о антистрессорных ситемах организма. Уметь:- работать в группе специалистов различных направлений с целью решения проблем здоровьесбережения; - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности Владеть: - способами выхода из конфликтных и кризисных ситуаций; - мерами по профилактике стрессовых ситуаций; - правила составления пищевого рациона; - методами оценки АД, пальпации пульса спирометрией, динамометрией, методами тестирования индивидуально-типологических свойств личности человека.	Раздел 8. Внутренняя секрция Тесты № 1-8
					ПК-16 готовностью к просветительской деятельности по устранению факторов риска и формированию навыков здорового образа жизни	Знать - об основах пропаганды здорового образа жизни. Уметь: - составлять индивидуальную программу поведенческой коррекции образа жизни; - формировать здоровый образ жизни среди различных контингентов населения с учетом половых, возрастных и других	Раздел 8. Внутренняя секрция Тесты № 8-16

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
						индивидуальных особенностей организма Владеть: - составлять индивидуальную программу поведенческой коррекции образа жизни.	
2.2	Тема 2. Антистрессорные системы	1. Гуморальные регуляторы стресса. Роль опиоидной и серотонинэргической систем. 2. Общие подходы к нейтрализации стресса. 3. Способы регуляции психоэмоционального напряжения. 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.	3	III	ОПК-7. готовностью к использованию основных физико-химических, математических и иных естественнонаучных понятий и методов при решении профессиональных задач	Знать: - 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 организме человека Уметь: - определять и оценивать результаты электрокардиографии, спирографии; термометрии; гематологических показателей - провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - навыками формирования заключения по результатам физиологических исследований - методами оценки и коррекции функциональных состояний и работоспособности человека (проводить экспресс-оценку уровня здоровья, биологического возраста)	Введение в физиологию человека. Физиология ЖВС. Ситуационные задачи № 14, 20.
					ОПК-9. Способность к оценке морфофункциональных, физиологических состояний и патологических процессов в организме человека для решения профессиональных задач	Знать: - определение здоровья, взаимоотношение индивидуального, группового и общественного здоровья; - факторы, влияющие на здоровье, их значение и взаимосвязь - понятие адаптации, ее виды и причины дезадаптации. Уметь: - составлять программу по воспитанию, формированию здорового образа жизни среди различных континентов населения. - проводить диагностику здоровья и донозологических состояний на индивидуальном уровне. - провести оценку результатов общего анализа крови.	Введение в физиологию человека. Физиология ЖВС. Ситуационные задачи № 14, 20.

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
						Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации.	
					ПК-1 способность и готовность к осуществлению комплекса 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 факторов среды его обитания	Знать: - основные принципы оценки уровня здоровья и процессов адаптации как на организменном, так и на системном, межсистемном и органном уровнях - поведенческие факторы риска развития заболеваний. - абиологические привычки и их влияние на организм - факторы среды, влияющие на здоровье человека. - негенитальные особенности здоровья человека. Уметь: - работать в группе с целью решения проблем здоровьесбережения Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации. - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности	Введение в физиологию человека. Физиология ЖВС. Ситуационные задачи № 14, 20.

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
2.3	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.	3	III	ОПК-7. готовностью к использованию основных физико-химических, математических и иных естественнонаучных понятий и методов при решении профессиональных задач	Знать: - 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 организме человека Уметь: - определять и оценивать результаты электрокардиографии, спирографии; термометрии; гематологических показателей - провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - навыками формирования заключения по результатам физиологических исследований - методами оценки и коррекции функциональных состояний и работоспособности человека (проводить экспресс-оценку уровня здоровья, биологического возраста)	Раздел 12. Заключение Поведение. Труд. Адаптация организма и здоровье Тесты № 1-11
					ОПК-9. Способность к оценке морфофункциональных, физиологических состояний и патологических процессов в организме человека для решения профессиональных задач	Знать: - определение здоровья, взаимоотношение индивидуального, группового и общественного здоровья;- факторы, влияющие на здоровье, их значение и взаимосвязь - понятие адаптации, ее виды и причины дезадаптации. Уметь: - составлять программу по воспитанию, формированию здорового образа жизни среди различных континентов населения. - проводить диагностику здоровья и донологических состояний на индивидуальном уровне. - провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации.	Раздел 12. Заключение Поведение. Труд. Адаптация организма и здоровье Тесты № 1-11
					ПК-1 способность и	Знать: - основные принципы оценки уровня	Раздел 12.

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
					<p>готовность к осуществлению комплекса 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 факторов среды его обитания</p>	<p>здоровья и процессов адаптации как на организменном, так и на системном, межсистемном и органном уровнях - поведенческие факторы риска развития заболеваний. - абиологические привычки и их влияние на организм - факторы среды, влияющие на здоровье человека. - негенитальные особенности здоровья человека.</p> <p>Уметь: - работать в группе с целью решения проблем здоровьесбережения</p> <p>Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации. - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности</p>	<p>Заключение Поведение. Труд. Адаптация организма и здоровье Тесты № 1-11</p>
					<p>ПК-15 готовностью к обучению пациентов и их родственников основным гигиеническим мероприятиям оздоровительного характера, навыкам самоконтроля основных физиологических показателей, способствующим</p>	<p>Знать: - о сущности методик исследования различных функций здорового организма, используемых в практической медицине. - современные представления о стрессе, дистрессе и эустрессе, основные теории возникновения и развития стресса, иметь представления о антистрессорных ситемах организма.</p> <p>Уметь:- работать в группе специалистов различных направлений с целью решения проблем здоровьесбережения; - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности</p> <p>Владеть: - способами выхода из конфликтных</p>	<p>Раздел 12. Заключение Поведение. Труд. Адаптация организма и здоровье Тесты № 12-14</p>

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
					сохранению и укреплению здоровья, профилактике заболеваний	и кризисных ситуаций; - мерами по профилактике стрессовых ситуаций; - правила составления пищевого рациона; - методами оценки АД, пальпации пульса спирометрией, динамометрией, методами тестирования индивидуально-типологических свойств личности человека.	
2.4	Тема 4. Негенитальные особенности женского организма.	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.	3	III	ОПК-7. готовностью к использованию основных физико-химических, математических и иных естественнонаучных понятий и методов при решении профессиональных задач	Знать: - 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 организме человека Уметь: - определять и оценивать результаты электрокардиографии, спирографии; термометрии; гематологических показателей - провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - навыками формирования заключения по результатам физиологических исследований - методами оценки и коррекции функциональных состояний и работоспособности человека (проводить экспресс-оценку уровня здоровья, биологического возраста)	Раздел Введение в физиологию человека. Физиология ЖВС. Ситуационные задачи № 6, 10, 17
					ОПК-9. Способность к оценке морфофункциональных, физиологических состояний и патологических процессов в организме человека для решения профессиональных задач	Знать: - определение здоровья, взаимоотношение индивидуального, группового и общественного здоровья; - факторы, влияющие на здоровье, их значение и взаимосвязь - понятие адаптации, ее виды и причины дезадаптации. Уметь: - составлять программу по воспитанию, формированию здорового образа жизни среди различных континентов населения. - проводить диагностику здоровья	Раздел Введение в физиологию человека. Физиология ЖВС. Ситуационные задачи № 6, 10, 17

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
						и донозологических состояний на индивидуальном уровне. - провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации.	
					ПК-1 Способность и готовность к осуществлению комплекса 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 факторов среды его обитания	Знать: - основные принципы оценки уровня здоровья и процессов адаптации как на организменном, так и на системном, межсистемном и органном уровнях - поведенческие факторы риска развития заболеваний. - абиологические привычки и их влияние на организм - факторы среды, влияющие на здоровье человека. - негенитальные особенности здоровья человека. Уметь: - работать в группе с целью решения проблем здоровьесбережения Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации. - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности	Раздел Введение в физиологию человека. Физиология ЖВС. Ситуационные задачи № 6, 10, 17

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
2.5	Тема 5. Оксид азота и стресс	1. Оксид азота - полифункциональная 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.	3	III	ОПК-7. готовностью к использованию основных физико-химических, математических и иных естественнонаучных понятий и методов при решении профессиональных задач	Знать: - 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 организме человека Уметь: - определять и оценивать результаты электрокардиографии, спирографии; термометрии; гематологических показателей - провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - навыками формирования заключения по результатам физиологических исследований - методами оценки и коррекции функциональных состояний и работоспособности человека (проводить экспресс-оценку уровня здоровья, биологического возраста)	Тема 4. Микроциркуляция . Движение крови по венам. Регуляция АД. Особенности регионарного кровотока. Кровообращение при различных функциональных состояниях организма Тесты № 5-7, 20-21, 27-29, 32
					ОПК-9. Способность к оценке морфофункциональных, физиологических состояний и патологических процессов в организме человека для решения профессиональных задач	Знать: - определение здоровья, взаимоотношение индивидуального, группового и общественного здоровья; - факторы, влияющие на здоровье, их значение и взаимосвязь - понятие адаптации, ее виды и причины дезадаптации. Уметь: - составлять программу по воспитанию, формированию здорового образа жизни среди различных континентов населения. - проводить диагностику здоровья и донологических состояний на индивидуальном уровне. - провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации.	Тема 4. Микроциркуляция . Движение крови по венам. Регуляция АД. Особенности регионарного кровотока. Кровообращение при различных функциональных состояниях организма Тесты № 5-7, 20-21, 27-29, 32

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Содержание практических занятий	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
					ПК-1 способность и готовность к осуществлению комплекса 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 факторов среды его обитания	Знать: - основные принципы оценки уровня здоровья и процессов адаптации как на организменном, так и на системном, межсистемном и органном уровнях - поведенческие факторы риска развития заболеваний. - абиологические привычки и их влияние на организм - факторы среды, влияющие на здоровье человека. - негенитальные особенности здоровья человека. Уметь: - работать в группе с целью решения проблем здоровьесбережения Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации. - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности	Тема 4. Микроциркуляция . Движение крови по венам. Регуляция АД. Особенности регионарного кровотока. Кровообращение при различных функциональных состояниях организма Тесты № 5-7, 20-21, 27-29, 32
Всего часов			36	III	x	x	x

2.7. Самостоятельная работа студентов

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид самостоятельной работы студентов	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
1	Раздел 1. Валеология	x	14	III	x	x	x

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид самостоятельной работы студентов	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
1.1	Тема 1. Основы валеологии.	<ul style="list-style-type: none"> - Работа с литературой - Реферативные сообщения - Мультимедийные презентации - Решение задач 	2	III	<p>ОПК-7. готовностью к использованию основных физико-химических, математических и иных естественнонаучных понятий и методов при решении профессиональных задач</p>	<p>Знать: - 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 организме человека</p> <p>Уметь: - определять и оценивать результаты электрокардиографии, спирографии; термометрии; гематологических показателей</p> <p>- провести оценку результатов общего анализа крови.</p> <p>Владеть: - навыками формирования заключения по результатам физиологических исследований - методами оценки и коррекции функциональных состояний и работоспособности человека (проводить экспресс-оценку уровня здоровья, биологического возраста)</p>	Реферат №1
					<p>ОПК-9. Способность к оценке морфофункциональных, физиологических состояний и патологических процессов в организме человека для решения профессиональных задач</p>	<p>Знать: - определение здоровья, взаимоотношение индивидуального, группового и общественного здоровья; - факторы, влияющие на здоровье, их значение и взаимосвязь - понятие адаптации, ее виды и причины дезадаптации.</p> <p>Уметь: - составлять программу по воспитанию, формированию здорового образа жизни среди различных контингентов населения. - проводить диагностику здоровья и донологических состояний на индивидуальном уровне. - провести оценку результатов общего анализа крови.</p> <p>Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации.</p>	Реферат №1

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид самостоятельной работы студентов	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
					ПК-1 способность и готовность к осуществлению комплекса 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 факторов среды его обитания	Знать: - основные принципы оценки уровня здоровья и процессов адаптации как на организменном, так и на системном, межсистемном и органном уровнях - поведенческие факторы риска развития заболеваний. - абиологические привычки и их влияние на организм - факторы среды, влияющие на здоровье человека. - негенитальные особенности здоровья человека. Уметь: - работать в группе с целью решения проблем здоровьесбережения Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации. - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности	Реферат №1
1.2	Тема 2. Здоровье как состояние и свойство организма.	- Работа с литературой - Реферативные сообщения - Мультимедийные презентации - Решение задач	2	III	ОПК-7. готовностью к использованию основных физико-химических, математических и иных естественнонаучных понятий и методов при решении профессиональных задач	Знать: - 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 организме человека Уметь: - определять и оценивать результаты электрокардиографии, спирографии; термометрии; гематологических показателей - провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - навыками формирования	Реферат № 5, 9, 16

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид самостоятельной работы студентов	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
						заключения по результатам физиологических исследований - методами оценки и коррекции функциональных состояний и работоспособности человека (проводить экспресс-оценку уровня здоровья, биологического возраста)	
					ОПК-9. Способность к оценке морфофункциональных, физиологических состояний и патологических процессов в организме человека для решения профессиональных задач	<p>Знать: - определение здоровья, взаимоотношение индивидуального, группового и общественного здоровья; - факторы, влияющие на здоровье, их значение и взаимосвязь - понятие адаптации, ее виды и причины дезадаптации.</p> <p>Уметь: - составлять программу по воспитанию, формированию здорового образа жизни среди различных контингентов населения. - проводить диагностику здоровья и донологических состояний на индивидуальном уровне. - провести оценку результатов общего анализа крови.</p> <p>Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации.</p>	Реферат № 5, 9, 16
					ПК-1 способность и готовность к осуществлению комплекса мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья и включающих в себя формирование здорового образа жизни, предупреждение возникновения и (или)	<p>Знать: - основные принципы оценки уровня здоровья и процессов адаптации как на организменном, так и на системном, межсистемном и органном уровнях - поведенческие факторы риска развития заболеваний. - биологические привычки и их влияние на организм - факторы среды, влияющие на здоровье человека. - негенитальные особенности здоровья человека.</p> <p>Уметь: - работать в группе с целью решения проблем здоровьесбережения</p> <p>Владеть: - методиками определения и оценки</p>	Реферат № 5, 9, 16

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид самостоятельной работы студентов	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
					распространения заболеваний, их раннюю диагностику, выявление причин и условий их возникновения и развития, а также направленных на устранение вредного влияния на здоровье человека факторов среды его обитания	факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации. - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности	
1.3	Тема 3. Физиология труда и утомления.	- Работа с литературой - Реферативные сообщения - Мультимедийные презентации - Решение задач	2	III	ОПК-7. готовностью к использованию основных физико-химических, математических и иных естественнонаучных понятий и методов при решении профессиональных задач	Знать: - 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 организме человека Уметь: - определять и оценивать результаты электрокардиографии, спирографии; термометрии; гематологических показателей - провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - навыками формирования заключения по результатам физиологических исследований - методами оценки и коррекции функциональных состояний и работоспособности человека (проводить экспресс-оценку уровня здоровья, биологического возраста)	Реферат № 2, 3, 4
					ОПК-9. Способность к оценке морфофункциональных, физиологических состояний и патологических процессов в организме	Знать: - определение здоровья, взаимоотношение индивидуального, группового и общественного здоровья; - факторы, влияющие на здоровье, их значение и взаимосвязь - понятие адаптации, ее виды и причины дезадаптации. Уметь: - составлять программу по	Реферат № 2, 3, 4

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид самостоятельной работы студентов	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
					человека для решения профессиональных задач	воспитанию, формированию здорового образа жизни среди различных контингентов населения. - проводить диагностику здоровья и донозологических состояний на индивидуальном уровне. - провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации.	
					ПК-1 способность и готовность к осуществлению комплекса 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 факторов среды его обитания	Знать: - основные принципы оценки уровня здоровья и процессов адаптации как на организменном, так и на системном, межсистемном и органном уровнях - поведенческие факторы риска развития заболеваний. - абиологические привычки и их влияние на организм - факторы среды, влияющие на здоровье человека. - негенитальные особенности здоровья человека. Уметь: - работать в группе с целью решения проблем здоровьесбережения Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации. - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности	Реферат № 2, 3, 4
					ПК-15 готовностью к	Знать: - о сущности методик исследования различных функций здорового организма,	Реферат № 2, 3, 4

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид самостоятельной работы студентов	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
					обучению пациентов и их родственников основным гигиеническим мероприятиям оздоровительного характера, навыкам самоконтроля основных физиологических показателей, способствующим сохранению и укреплению здоровья, профилактике заболеваний	используемых в практической медицине. - современные представления о стрессе, дистрессе и эустрессе, основные теории возникновения и развития стресса, иметь представления о антистрессорных ситемах организма. Уметь:- работать в группе специалистов различных направлений с целью решения проблем здоровьесбережения; - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности Владеть: - способами выхода из конфликтных и кризисных ситуаций; - мерами по профилактике стрессовых ситуаций; - правила составления пищевого рациона; - 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	Знать - об основах пропаганды здорового образа жизни. Уметь: - составлять индивидуальную программу поведенческой коррекции образа жизни; - формировать здоровый образ жизни среди различных контингентов населения с учетом половых, возрастных и других индивидуальных особенностей организма Владеть: - составлять индивидуальную программу поведенческой коррекции образа жизни.	Реферат № 2, 3, 4
1.4	Тема 4. Факторы риска развития заболеваний.	- Работа с литературой - Реферативные сообщения - Мультимедийные презентации - Решение задач	2	III	ОПК-7. готовностью к использованию основных физико-химических, математических и иных естественнонаучных	Знать: - 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 организме человека	Реферат № 3, 6, 12

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид самостоятельной работы студентов	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
					понятий и методов при решении профессиональных задач	Уметь: - определять и оценивать результаты электрокардиографии, спирографии; термометрии; гематологических показателей - провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - навыками формирования заключения по результатам физиологических исследований - методами оценки и коррекции функциональных состояний и работоспособности человека (проводить экспресс-оценку уровня здоровья, биологического возраста)	
					ОПК-9. Способность к оценке морфофункциональных, физиологических состояний и патологических процессов в организме человека для решения профессиональных задач	Знать: - определение здоровья, взаимоотношение индивидуального, группового и общественного здоровья; - факторы, влияющие на здоровье, их значение и взаимосвязь - понятие адаптации, ее виды и причины дезадаптации. Уметь: - составлять программу по воспитанию, формированию здорового образа жизни среди различных контингентов населения. - проводить диагностику здоровья и донологических состояний на индивидуальном уровне. - провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации.	Реферат № 3, 6, 12
					ПК-1 способность и готовность к осуществлению комплекса мероприятий, направленных на	Знать: - основные принципы оценки уровня здоровья и процессов адаптации как на организменном, так и на системном, межсистемном и органном уровнях - поведенческие факторы риска развития заболеваний. - абиологические привычки и их	Реферат № 3, 6, 12

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид самостоятельной работы студентов	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
					<p>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 факторов среды его обитания</p>	<p>влияние на организм - факторы среды, влияющие на здоровье человека. - негенитальные особенности здоровья человека. Уметь: - работать в группе с целью решения проблем здоровьесбережения Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации. - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности</p>	
1.5	Тема 5. Гиподинамия и адекватное питание	<ul style="list-style-type: none"> - Работа с литературой - Реферативные сообщения - Мультимедийные презентации - Решение задач 	2	III	<p>ОПК-7. готовностью к использованию основных физико-химических, математических и иных естественнонаучных понятий и методов при решении профессиональных задач</p>	<p>Знать: - 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 организме человека Уметь: - определять и оценивать результаты электрокардиографии, спирографии; термометрии; гематологических показателей - провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - навыками формирования заключения по результатам физиологических исследований - методами оценки и коррекции функциональных состояний и работоспособности человека (проводить экспресс-оценку уровня здоровья, биологического возраста)</p>	Реферат № 2, 4

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид самостоятельной работы студентов	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
					ОПК-9. Способность к оценке морфофункциональных, физиологических состояний и патологических процессов в организме человека для решения профессиональных задач	Знать: - определение здоровья, взаимоотношение индивидуального, группового и общественного здоровья; - факторы, влияющие на здоровье, их значение и взаимосвязь - понятие адаптации, ее виды и причины дезадаптации. Уметь: - составлять программу по воспитанию, формированию здорового образа жизни среди различных контингентов населения. - проводить диагностику здоровья и донологических состояний наиндивидуальном уровне. - провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации.	Реферат № 2, 4
					ПК-1 способность и готовность к осуществлению комплекса 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	Знать: - основные принципы оценки уровня здоровья и процессов адаптации как на организменном, так и на системном, межсистемном и органном уровнях - поведенческие факторы риска развития заболеваний. - абиологические привычки и их влияние на организм - факторы среды, влияющие на здоровье человека. - негенитальные особенности здоровья человека. Уметь: - работать в группе с целью решения проблем здоровьесбережения Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации. - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности	Реферат № 2, 4

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид самостоятельной работы студентов	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
					направленных на устранение вредного влияния на здоровье человека факторов среды его обитания		
1.6	Тема 6. Табакокурение и здоровье.	- Работа с литературой - Реферативные сообщения - Мультимедийные презентации - Решение задач	2	III	ОПК-7. готовностью к использованию основных физико-химических, математических и иных естественнонаучных понятий и методов при решении профессиональных задач	Знать: - 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 организме человека Уметь: - определять и оценивать результаты электрокардиографии, спирографии, термометрии; гематологических показателей - провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - навыками формирования заключения по результатам физиологических исследований - методами оценки и коррекции функциональных состояний и работоспособности человека (проводить экспресс-оценку уровня здоровья, биологического возраста)	Реферат № 8
					ОПК-9. Способность к оценке морфофункциональных, физиологических состояний и патологических процессов в организме человека для решения профессиональных задач	Знать: - определение здоровья, взаимоотношение индивидуального, группового и общественного здоровья; - факторы, влияющие на здоровье, их значение и взаимосвязь - понятие адаптации, ее виды и причины дезадаптации. Уметь: - составлять программу по воспитанию, формированию здорового образа жизни среди различных контингентов населения. - проводить диагностику здоровья и донологических состояний на индивидуальном уровне. - провести оценку результатов общего анализа крови.	Реферат № 8

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид самостоятельной работы студентов	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
						Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации.	
					ПК-1 способность и готовность к осуществлению комплекса 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 факторов среды его обитания	Знать: - основные принципы оценки уровня здоровья и процессов адаптации как на организменном, так и на системном, межсистемном и органном уровнях - поведенческие факторы риска развития заболеваний. - абиологические привычки и их влияние на организм - факторы среды, влияющие на здоровье человека. - негенитальные особенности здоровья человека. Уметь: - работать в группе с целью решения проблем здоровьесбережения Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации. - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности	Реферат № 8
					ПК-15 готовностью к обучению пациентов и их родственников основным гигиеническим мероприятиям оздоровительного	Знать: - о сущности методик исследования различных функций здорового организма, используемых в практической медицине. - современные представления о стрессе, дистрессе и эустрессе, основные теории возникновения и развития стресса, иметь представления о антистрессорных ситемах организма.	Реферат № 8

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид самостоятельной работы студентов	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
					характера, навыкам самоконтроля основных физиологических показателей, способствующим сохранению и укреплению здоровья, профилактике заболеваний	Уметь:- работать в группе специалистов различных направлений с целью решения проблем здоровьесбережения; - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности Владеть: - способами выхода из конфликтных и кризисных ситуаций; - мерами по профилактике стрессовых ситуаций; - правила составления пищевого рациона; - 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	Знать - об основах пропаганды здорового образа жизни. Уметь: - составлять индивидуальную программу поведенческой коррекции образа жизни; - формировать здоровый образ жизни среди различных контингентов населения с учетом половых, возрастных и других индивидуальных особенностей организма Владеть: - составлять индивидуальную программу поведенческой коррекции образа жизни.	Реферат № 8
1.7	Тема 7. Алкоголь и здоровье.	- Работа с литературой - Реферативные сообщения - Мультимедийные презентации - Решение задач	2	III	ОПК-7. готовностью к использованию основных физико-химических, математических и иных естественнонаучных понятий и методов при решении профессиональных задач	Знать: - 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 организме человека Уметь: - определять и оценивать результаты электрокардиографии, спирографии; термометрии; гематологических показателей - провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - навыками формирования	Реферат № 8

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид самостоятельной работы студентов	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
						заключения по результатам физиологических исследований - методами оценки и коррекции функциональных состояний работоспособности человека (проводить экспресс-оценку уровня здоровья, биологического возраста)	
					ОПК-9. Способность к оценке морфофункциональных, физиологических состояний и патологических процессов в организме человека для решения профессиональных задач	<p>Знать: - определение здоровья, взаимоотношение индивидуального, группового и общественного здоровья; - факторы, влияющие на здоровье, их значение и взаимосвязь - понятие адаптации, ее виды и причины дезадаптации.</p> <p>Уметь: - составлять программу по воспитанию, формированию здорового образа жизни среди различных контингентов населения. - проводить диагностику здоровья и донологических состояний на индивидуальном уровне. - провести оценку результатов общего анализа крови.</p> <p>Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации.</p>	Реферат № 8
					ПК-1 способность и готовность к осуществлению комплекса мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья и включающих в себя формирование здорового образа жизни, предупреждение возникновения и (или)	<p>Знать: - основные принципы оценки уровня здоровья и процессов адаптации как на организменном, так и на системном, межсистемном и органном уровнях - поведенческие факторы риска развития заболеваний. - биологические привычки и их влияние на организм - факторы среды, влияющие на здоровье человека. - негенитальные особенности здоровья человека.</p> <p>Уметь: - работать в группе с целью решения проблем здоровьесбережения</p> <p>Владеть: - методиками определения и оценки</p>	Реферат № 8

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид самостоятельной работы студентов	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
					распространения заболеваний, их раннюю диагностику, выявление причин и условий их возникновения и развития, а также направленных на устранение вредного влияния на здоровье человека факторов среды его обитания	факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции 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	Знать: - о сущности методик исследования различных функций здорового организма, используемых в практической медицине. - современные представления о стрессе, дистрессе и эустрессе, основные теории возникновения и развития стресса, иметь представления о антистрессорных ситемах организма. Уметь:- работать в группе специалистов различных направлений с целью решения проблем здоровьесбережения; - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности Владеть: - способами выхода из конфликтных и кризисных ситуаций; - мерами по профилактике стрессовых ситуаций; - правила составления пищевого рациона; - методами оценки АД, пальпации пульса спирометрией, динамометрией, методами тестирования индивидуально-типологических свойств личности человека.	Реферат № 8
					ПК-16 готовностью к просветительской деятельности по	Знать - об основах пропаганды здорового образа жизни. Уметь: - составлять индивидуальную программу поведенческой коррекции образа	Реферат № 8

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид самостоятельной работы студентов	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
					устранению факторов риска и формированию навыков здорового образа жизни	жизни; - формировать здоровый образ жизни среди различных контингентов населения с учетом половых, возрастных и других индивидуальных особенностей организма Владеть: - составлять индивидуальную программу поведенческой коррекции образа жизни.	
2	Раздел 2. Стресс и стрессреактивность человека.	х	10	III	х	х	х
2.1	Тема 1. Стресс. Стрессреактивность человека.	- Работа с литературой - Реферативные сообщения - Мультимедийные презентации - Решение задач	2	III	ОПК-7. готовность к использованию основных физико-химических, математических и иных естественнонаучных понятий и методов при решении профессиональных задач	Знать: - 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 организме человека Уметь: - определять и оценивать результаты электрокардиографии, спирографии; термометрии; гематологических показателей - провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - навыками формирования заключения по результатам физиологических исследований - методами оценки и коррекции функциональных состояний и работоспособности человека (проводить экспресс-оценку уровня здоровья, биологического возраста)	Реферат № 11, 14, 16
					ОПК-9. Способность к оценке морфофункциональных, физиологических состояний и патологических	Знать: - определение здоровья, взаимоотношение индивидуального, группового и общественного здоровья; - факторы, влияющие на здоровье, их значение и взаимосвязь - понятие адаптации, ее виды и причины дезадаптации.	Реферат № 11, 14, 16

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид самостоятельной работы студентов	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
					процессов в организме человека для решения профессиональных задач	Уметь: - 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. Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации.	
					ПК-1 способность и готовность к осуществлению комплекса 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 факторов среды его обитания	Знать: - основные принципы оценки уровня здоровья и процессов адаптации как на организменном, так и на системном, межсистемном и органном уровнях - поведенческие факторы риска развития заболеваний. - абиологические привычки и их влияние на организм - факторы среды, влияющие на здоровье человека. - негенитальные особенности здоровья человека. Уметь: - работать в группе с целью решения проблем здоровьесбережения Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации. - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности	Реферат № 11, 14, 16

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид самостоятельной работы студентов	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
					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	Знать: - о сущности методик исследования различных функций здорового организма, используемых в практической медицине. - современные представления о стрессе, дистрессе и эустрессе, основные теории возникновения и развития стресса, иметь представления о антистрессорных ситемах организма. Уметь:- работать в группе специалистов различных направлений с целью решения проблем здоровьесбережения; - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности Владеть: - способами выхода из конфликтных и кризисных ситуаций; - мерами по профилактике стрессовых ситуаций; - правила составления пищевого рациона; - методами оценки АД, пальпации пульса спирометрией, динамометрией, методами тестирования индивидуально-типологических свойств личности человека.	Реферат № 11, 14, 16
					ПК-16 готовностью к просветительской деятельности по устранению факторов риска и формированию навыков здорового образа жизни	Знать - об основах пропаганды здорового образа жизни. Уметь: - составлять индивидуальную программу поведенческой коррекции образа жизни; - формировать здоровый образ жизни среди различных контингентов населения с учетом половых, возрастных и других индивидуальных особенностей организма Владеть: - составлять индивидуальную программу поведенческой коррекции образа жизни.	Реферат № 11, 14, 16
2.2	Тема 2. Антистрессорные системы	- Работа с литературой - Реферативные сообщения - Мультимедийные презентации - Решение задач	2	III	ОПК-7. готовностью к использованию основных физико-химических,	Знать: - функциональные системы организмы человека, их регуляция и саморегуляция при воздействии с внешней средой в норме и патологии; - основные физиологические	Реферат № 11, 17

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид самостоятельной работы студентов	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
					математических и иных естественнонаучных понятий и методов при решении профессиональных задач	законы и закономерности, лежащие в основе процессов, протекающих в организме человека Уметь: - определять и оценивать результаты электрокардиографии, спирографии; термометрии; гематологических показателей - провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - навыками формирования заключения по результатам физиологических исследований - методами оценки и коррекции функциональных состояний и работоспособности человека (проводить экспресс-оценку уровня здоровья, биологического возраста)	
					ОПК-9. Способность к оценке морфофункциональных, физиологических состояний и патологических процессов в организме человека для решения профессиональных задач	Знать: - определение здоровья, взаимоотношение индивидуального, группового и общественного здоровья; - факторы, влияющие на здоровье, их значение и взаимосвязь - понятие адаптации, ее виды и причины дезадаптации. Уметь: - составлять программу по воспитанию, формированию здорового образа жизни среди различных контингентов населения. - проводить диагностику здоровья и донологических состояний на индивидуальном уровне. - провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации.	Реферат № 11, 17
					ПК-1 способность и готовность к осуществлению комплекса мероприятий,	Знать: - основные принципы оценки уровня здоровья и процессов адаптации как на организменном, так и на системном, межсистемном и органном уровнях - поведенческие факторы риска развития	Реферат № 11, 17

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид самостоятельной работы студентов	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
					<p>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 факторов среды его обитания</p>	<p>заболеваний. - абиологические привычки и их влияние на организм - факторы среды, влияющие на здоровье человека. - негенитальные особенности здоровья человека.</p> <p>Уметь: - работать в группе с целью решения проблем здоровьесбережения</p> <p>Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации. - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности</p>	

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид самостоятельной работы студентов	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
2.3	Тема 3. Биоритмы, стресс и здоровье	<ul style="list-style-type: none"> - Работа с литературой - Реферативные сообщения - Мультимедийные презентации - Решение задач 	2	III	<p>ОПК-7. готовностью к использованию основных физико-химических, математических и иных естественнонаучных понятий и методов при решении профессиональных задач</p>	<p>Знать: - 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 организме человека</p> <p>Уметь: - определять и оценивать результаты электрокардиографии, спирографии; термометрии; гематологических показателей</p> <p>- провести оценку результатов общего анализа крови.</p> <p>Владеть: - навыками формирования заключения по результатам физиологических исследований - методами оценки и коррекции функциональных состояний и работоспособности человека (проводить экспресс-оценку уровня здоровья, биологического возраста)</p>	Реферат № 10
					<p>ОПК-9. Способность к оценке морфофункциональных, физиологических состояний и патологических процессов в организме человека для решения профессиональных задач</p>	<p>Знать: - определение здоровья, взаимоотношение индивидуального, группового и общественного здоровья; - факторы, влияющие на здоровье, их значение и взаимосвязь - понятие адаптации, ее виды и причины дезадаптации.</p> <p>Уметь: - составлять программу по воспитанию, формированию здорового образа жизни среди различных контингентов населения. - проводить диагностику здоровья и донологических состояний на индивидуальном уровне. - провести оценку результатов общего анализа крови.</p> <p>Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами</p>	Реферат № 10

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид самостоятельной работы студентов	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
						немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации.	
					<p>ПК-1 способность и готовность к осуществлению комплекса 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 факторов среды его обитания</p>	<p>Знать: - основные принципы оценки уровня здоровья и процессов адаптации как на организменном, так и на системном, межсистемном и органном уровнях - поведенческие факторы риска развития заболеваний. - абиологические привычки и их влияние на организм - факторы среды, влияющие на здоровье человека. - негенитальные особенности здоровья человека.</p> <p>Уметь: - работать в группе с целью решения проблем здоровьесбережения</p> <p>Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации. - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности</p>	Реферат № 10

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид самостоятельной работы студентов	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
2.4	Тема 4. Негенитальные особенности женского организма.	- Работа с литературой - Реферативные сообщения - Мультимедийные презентации - Решение задач	2	III	ОПК-7. готовностью к использованию основных физико-химических, математических и иных естественнонаучных понятий и методов при решении профессиональных задач	Знать: - 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 организме человека Уметь: - определять и оценивать результаты электрокардиографии, спирографии; термометрии; гематологических показателей - провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - навыками формирования заключения по результатам физиологических исследований - методами оценки и коррекции функциональных состояний и работоспособности человека (проводить экспресс-оценку уровня здоровья, биологического возраста)	Реферат № 15, 17
					ОПК-9. Способность к оценке морфофункциональных, физиологических состояний и патологических процессов в организме человека для решения профессиональных задач	Знать: - определение здоровья, взаимоотношение индивидуального, группового и общественного здоровья; - факторы, влияющие на здоровье, их значение и взаимосвязь - понятие адаптации, ее виды и причины дезадаптации. Уметь: - составлять программу по воспитанию, формированию здорового образа жизни среди различных контингентов населения. - проводить диагностику здоровья и донологических состояний на индивидуальном уровне. - провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации.	Реферат № 15, 17

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид самостоятельной работы студентов	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
					ПК-1 способность и готовность к осуществлению комплекса 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 факторов среды его обитания	Знать: - основные принципы оценки уровня здоровья и процессов адаптации как на организменном, так и на системном, межсистемном и органном уровнях - поведенческие факторы риска развития заболеваний. - абиологические привычки и их влияние на организм - факторы среды, влияющие на здоровье человека. - негенитальные особенности здоровья человека. Уметь: - работать в группе с целью решения проблем здоровьесбережения Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации. - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности	Реферат № 15, 17
2.5	Тема 5. Оксид азота и стресс	- Работа с литературой - Реферативные сообщения - Мультимедийные презентации - Решение задач	2	III	ОПК-7. готовностью к использованию основных физико-химических, математических и иных естественнонаучных понятий и методов при решении профессиональных задач	Знать: - 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 организме человека Уметь: - определять и оценивать результаты электрокардиографии, спирографии; термометрии; гематологических показателей - провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - навыками формирования	Реферат № 13

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид самостоятельной работы студентов	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
						заключения по результатам физиологических исследований - методами оценки и коррекции функциональных состояний и работоспособности человека (проводить экспресс-оценку уровня здоровья, биологического возраста)	
					ОПК-9. Способность к оценке морфофункциональных, физиологических состояний и патологических процессов в организме человека для решения профессиональных задач	Знать: - определение здоровья, взаимоотношение индивидуального, группового и общественного здоровья; - факторы, влияющие на здоровье, их значение и взаимосвязь - понятие адаптации, ее виды и причины дезадаптации. Уметь: - составлять программу по воспитанию, формированию здорового образа жизни среди различных контингентов населения. - проводить диагностику здоровья и донологических состояний на индивидуальном уровне. - провести оценку результатов общего анализа крови. Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации.	Реферат № 13
					ПК-1 способность и готовность к осуществлению комплекса мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья и включающих в себя формирование здорового образа	Знать: - основные принципы оценки уровня здоровья и процессов адаптации как на организменном, так и на системном, межсистемном и органном уровнях - поведенческие факторы риска развития заболеваний. - биологические привычки и их влияние на организм - факторы среды, влияющие на здоровье человека. - негенитальные особенности здоровья человека. Уметь: - работать в группе с целью решения	Реферат № 13

№ п/п	Наименование раздела, тем дисциплины	Вид самостоятельной работы студентов	Кол-во часов	Семестр	Компетенция, формируемая по теме занятия (содержание полностью с выделением части)	Результат обучения	ФОС, подтверждающий освоение компетенции
					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 факторов среды его обитания	проблем здоровьесбережения Владеть: - методиками определения и оценки факторов риска заболеваний в практической деятельности; - методами немедикаментозной коррекции состояния дезадаптации. - оценивать индивидуальный уровень стрессреактивности	
Всего часов			24	III	x	x	x

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).

Лекции проводятся в специально выделенных для этого помещениях – лекционных залах. Все лекции читаются с использованием мультимедийного сопровождения и подготовлены с использованием программы Microsoft Power Point. Каждая тема лекции утверждается на совещании кафедры. Часть лекций содержат графические файлы в формате JPEG. Лекций хранятся на электронном носителе в составе УМКД дисциплины и 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.

3.2. Занятия, проводимые в интерактивной форме

Удельный вес занятий, проводимых в интерактивных формах, определяется стандартом (должен составлять не менее 20%) и фактически составляет 24,8% от аудиторных занятий, т.е. 8,2 часа.

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Вид учебных занятий	Кол-во час	Методы интерактивного обучения	Кол-во час
	Раздел 1. Валеология	х	19	х	5,2
1	Основы валеологии.	Л	2	Учебный фильм Здоровый образ жизни	0,4
2	Здоровье как состояние и свойство организма.	ПЗ	3	Виртуальный практикум Влияние тироксина, тиротропина и пропилтиоурацила на метаболизм	0,8
3	Физиология труда и утомления.	ПЗ	3	Виртуальный практикум Влияние инсулина и аллоксана на уровень глюкозы в крови.	0,8
4	Факторы риска развития заболеваний.	ПЗ	3	Работа в команде Экспресс-оценка уровня здоровья	0,8
5	Гиподинамия и неадекватное питание.	ПЗ	3	Виртуальный практикум Центральное торможение.	0,8
6	Табакокурение и здоровье.	Л	2	Учебный фильм Табакокурение и борьба с ним	0,8
7	Алкоголь и здоровье.	Л	3	Учебный фильм Алкоголизм у молодежи	0,8
	Раздел 2 Стресс и стрессреактивность человека	х	14	х	3
8	Стресс. Стрессреактивность человека.	ПЗ	3	Опережающая самостоятельная работа Экспресс-оценка уровня стрессреактивности	0,8
9	Антистрессорные системы	ПЗ	3	Работа в команде Коррекция дистресса	0,4
10	Биоритмы, стресс и здоровье.	ПЗ	3	Учебный фильм Биоритмы	0,5
11	Негенитальные особенности женского организма.	Л	2	Учебный фильм Мужчина и женщина	0,5

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Вид учебных занятий	Кол-во час	Методы интерактивного обучения	Кол-во час
12	Оксид азота и стресс	ПЗ	3	Виртуальный практикум Воздействие медикаментов и химических медиаторов на деятельность сердца	0,8
	Итого:		33		8,2

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Контрольно-диагностические материалы.

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

Условием допуска студента к сдаче зачета является получение им положительной оценки по текущим занятиям, запланированным в III семестре, а также сдача всех заданий самостоятельной работы, лабораторных работ, отсутствие пропусков занятий или отработанные пропущенные занятия.

Курсовой зачет проводится в виде устного опроса студентов по билетам в учебной комнате комиссией, по установленному бюро расписаний графику, утвержденному проректором по учебной работе.

4.1.1. Список вопросов для подготовки к зачёту (в полном объёме):

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.

4.1.2. Тестовые задания предварительного контроля (2-3 примера):

1. КАКОЙ ИЗ ВАРИАНТОВ ОТВЕТА НАИБОЛЕЕ ПОЛНО ОТРАЖАЕТ ВСЕ МЕТОДЫ ФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ

- 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.

Эталон ответа: **Б**

2. КАКИЕ ИЗ НИЖЕПЕРЕЧИСЛЕННЫХ ТЕРМИНОВ ОТРАЖАЮТ СУЩЕСТВУЮЩИЕ В ОРГАНИЗМЕ МЕХАНИЗМЫ РЕГУЛЯЦИИ ФУНКЦИЙ

- А. Внешнесекреторные.
- Б. Гуморальные.
- В. Физико-химические.
- Г. Скелетно- и гладкомышечные.
- Д. Нервнорефлекторные.
- Е. Аналитико-синтетические.
- Ж. Нейро-гуморальные.

3. Кардио-респираторные.
Эталон ответа: **Б, В, Д**

4.1.3. Тестовые задания текущего контроля (2-3 примера):

1. КАКИЕ РЕФЛЕКСЫ ЛЕЖАТ В ОСНОВЕ ПОВЕДЕНИЯ ЧЕЛОВЕКА

- А. Условные.
- Б. Условные и безусловные.
- В. Сложные (цепные) безусловные.
- Г. Классические

Эталон ответа: **Б**

2. ЧТО ТАКОЕ ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ НАПРЯЖЕНИЕ

- А. Формирование трудовой доминанты.
- Б. Развитие утомления при тяжелой и длительной трудовой деятельности.
- В. Активация возбудимых структур и повышение механической нагрузки на невозбудимые структуры.
- Г. Снижение производительности труда при увеличении его физиологической стоимости.

Эталон ответа: **В**

3. ЧТО ТАКОЕ ЗДОРОВЬЕ

- А. Высокая трудоспособность и самоотдача.
- Б. Полное отсутствие заболеваний и повреждений.
- В. Свойство организма, отражающее способность к физическому труду.
- Г. Полное физическое, душевное и социальное благополучие, а не только отсутствие заболеваний и повреждений.
- Д. Способность к воспроизведению потомства и долголетие.

Эталон ответа: **Г**

4.1.4. Тестовые задания промежуточного контроля:

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?

4.1.5. Ситуационные клинические задачи (2-3 примера):

Задача № 1

У человека в результате длительного голодания появились отеки. Какие изменения в составе крови могли способствовать их развитию?

Эталон ответа к задаче № 1

В результате голодания организм на пластические процессы начинает использовать белки организма. Белки поддерживают онкотическое давление крови. При снижении их концентрации в плазме крови происходит выход жидкой части крови в межклеточное пространство, т.к. там онкотическое давление выше, чем в плазме крови. Формируются отеки.

Задача № 2

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

Эталон ответа к задаче № 2

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 к подавлению функции синусового узла.

4.1.6. Список тем рефератов (в полном объеме):

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.
11. Плюсы и минусы стрессов.
12. Частота сокращений сердца и здоровье.
13. NO - полифункциональная молекула.
14. Эмоции и здоровье.
15. Негенитальные особенности женского организма.
16. Норма адаптивной реакции и цена адаптации.
17. Синдром эмоционального выгорания.
18. Особенности стрессов учащейся молодежи.

4.2. 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 студентом самостоятельно в процессе ответа.	B	95-91	5
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 конкретные проявления обобщенных знаний не показано. Речевое оформление требует поправок, коррекции.	E	65-61	3 (3-)
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 государственной итоговой аттестации (ГИА)

Осваиваемые компетенции (индекс компетенции)	Тестовое задание	Ответ на тестовое задание
ОПК-7	<p>ЧТО ТАКОЕ ОБРАТНАЯ АФФЕРЕНТАЦИЯ</p> <p>А. информация, направляемая из нервного центра к мышцам. б) информация, направляемая из нервного центра к железам внутренней секреции.</p> <p>Б. информация о внешней среде, вызывающая определенный поведенческий акт.</p> <p>В. информация о работе исполнительных органов и параметрах результата действия.</p> <p>Г. гуморальная регуляция функций</p>	А
ОПК-9	<p>ПРИЧИНА АНЕМИИ ПОСЛЕ УДАЛЕНИЯ БОЛЬШЕЙ ЧАСТИ ЖЕЛУДКА СВЯЗАНА С НАРУШЕНИЕМ</p> <p>А. секреции желудочного сока</p> <p>Б. моторики</p> <p>В. выработки внутреннего фактора Кастла</p> <p>Г. выработки пепсиногенов</p> <p>Д. выработки гастрина</p>	В
ПК-1	<p>КАКОВЫ ПРИЗНАКИ ВЫСОКОГО УРОВНЯ ФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ РЕЗЕРВОВ ОРГАНИЗМА</p> <p>А. высокая активация дыхательной и сердечно-сосудистой систем в условиях покоя</p> <p>Б. высокая «физиологическая стоимость» выполнения стандартных функциональных нагрузок</p> <p>В. вагусная брадикардия покоя</p> <p>Г. высокая частота сокращений сердца при стандартных физических нагрузках</p>	В
ПК-15	<p>ЧЕМ ОБЪЯСНЯЕТСЯ НАБЛЮДАЕМОЕ ПРИ ГИПОКИНЕЗИИ СНИЖЕНИЕ УСТОЙЧИВОСТИ К СТРЕССОРНЫМ ФАКТОРАМ</p> <p>А. Повышением васкуляризации миокарда</p> <p>Б. Снижением уровня трофотропных реакций</p> <p>В. Повышение активности желез пищеварительного тракта</p> <p>Г. Понижением тонуса ретикулярной формации и коры больших полушарий</p> <p>Д. Повышением уровня эрготропных реакций</p>	Г
ПК-16	<p>КАКИЕ ФАКТОРЫ СПОСОБСТВУЮТ РАЗВИТИЮ АДАПТАЦИИ</p> <p>А. десинхроноз</p> <p>Б. регулярные физические нагрузки</p> <p>В. гипокинезия</p> <p>Г. отрицательные эмоции</p>	Б

5. ИНФОРМАЦИОННОЕ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Информационное обеспечение дисциплины

№ 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.	по договору, срок оказания услуги 01.01.2019– 31.12.2019
2	« Консультант врача . Электронная медицинская библиотека» [Электронный ресурс] / ООО ГК «ГЭОТАР» г. Москва. – Режим доступа: http://www.rosmedlib.ru – карты индивидуального доступа.	по договору, срок оказания услуги 01.01.2019– 31.12.2019
3	Электронная библиотечная система « ЭБС ЛАНЬ » - коллекция «Лаборатория знаний» [Электронный ресурс] / ООО «ЭБС ЛАНЬ». – СПб. – Режим доступа: http://www.e.lanbook.ru через IP-адрес университета, с личного IP-адреса по логину и паролю.	по договору, срок оказания услуги 01.01.2019– 31.12.2019
4	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.	по договору, срок оказания услуги 01.01.2019–31.12.2019
5	Электронно-библиотечная система « ЭБС ЮРАЙТ » [Электронный ресурс] / ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ» г. Москва. – Режим доступа: http://www.biblio-online.ru – через IP-адрес университета, с личного IP-адреса по логину и паролю.	по договору, срок оказания услуги 01.01.2019– 31.12.2019
6	Информационно-справочная система КОДЕКС с базой данных № 89781 «Медицина и здравоохранение» [Электронный ресурс] / ООО «ГК Кодекс». – г. Кемерово. – Режим доступа: http://www.kodeks.ru/medicina_i_zdravoohranenie#home через IP-адрес университета.	по договору, срок оказания услуги 01.01.2019– 31.12.2019
7	Справочная правовая система Консультант Плюс [Электронный ресурс] / ООО «Компания ЛАД-ДВА». – М.– Режим доступа: http://www.consultant.ru через IP-адрес университета.	по договору, срок оказания услуги 01.01.2019– 31.12.2019
8	Электронная библиотека КемГМУ (Свидетельство о государственной регистрации базы данных № 2017621006 от 06.09 2017г.)	неограниченный
	Интернет-ресурсы:	
9	https://kemsmu.ru/cathedra/dlya-kafedry-normalnoy-fiziologii/about/	
10	http://www.physiology-cis.org/	
13	http://meduniver.com/	
	Компьютерные презентации:	
11	Мультимедийные презентации лекций	8
	Электронные версии конспектов лекций:	
12	Материалы к лекциям по курсу нормальной физиологии: учебное пособие. Часть I. Н.А. Барбараш [и др.]	1
13	Материалы к лекциям по курсу нормальной физиологии: учебное пособие. Часть II. Н.А. Барбараш [и др.]	1
	Учебные фильмы:	
14	Электрофизиология	1
15	Нервная клетка	1
16	Вегетативная нервная система	1
17	Память	1
18	Павлов И.П.	1

19	Вкусовой анализатор	1
20	Сросшиеся близнецы	1
21	Внешнее дыхание	1
22	Автоматия сердца	1
23	Движение крови, регуляция АД	1
24	Рефлекторная регуляция желудочных желез	1
25	Пристеночное или мембранное пищеварение	1
26	Физиология мочеобразования. 2 части.	1
27	Алкогольная зависимость	1
28	Температура тела	1
29	Слуховой анализатор	1
30	Алкоголь как фактор риска	1
31	Курение и здоровье	1
	Электронные лабораторные практикумы и др.	
32	Электронный практикум по физиологии (СибГМУ)	8

5.2. Учебно-методическое обеспечение дисциплины

№ п/п	Библиографическое описание рекомендуемого источника литературы	Шифр научной библиотеки КемГМУ	Число экз., выделяемое библиотекой на данный поток студентов	Число обучающихся на потоке
	Основная литература			
1	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			320
	Дополнительная литература			
1	Ткачук В.А., Эндокринная регуляция. Биохимические и физиологические аспекты [Электронный ресурс] : учебное пособие / Под ред. В.А. Ткачука - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2009. - 368 с. - URL : ЭБС «Консультант студента. Электронная библиотека медицинского вуза» www.studmedlib.ru			320
2	Решетников А.В., Здоровье как предмет изучения в социологии медицины [Электронный ресурс] : учебное пособие / Решетников А.В., Шаповалова О.А. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2008. - 64 с. — URL : ЭБС «Консультант студента. Электронная библиотека медицинского вуза» www.studmedlib.ru			320
3	Физиология человека с основами патофизиологии. В 2 т. [Электронный ресурс] : руководство / под ред. Р. Ф. Шмидта, Ф. Ланга, М. Хекманна ; пер. с нем. под ред. М. А. Каменской. — Электрон. дан. — Москва : Издательство "Лаборатория знаний", 2019. – URL: ЭБС «Лань» / e.lanbook.com Т.-1.-540 с. Т.-2.- 497 с.			320

5.3. Методические разработки кафедры

№ п/п	Библиографическое описание рекомендуемого источника литературы	Шифр научной библиотеки КемГМУ	Число экз., выделяемое библиотекой на данный поток студентов	Число обучающихся на потоке
1	Кувшинов, Д.Ю. Нормальная физиология [Электронный ресурс] : практикум для обучающихся по основной профессиональной образовательной программе высшего образования – программе специалитета по специальности «Лечебное дело» / Д. Ю. Кувшинов ; Кемеровский государственный медицинский университет. - Кемерово : КемГМУ, 2017. - 104 с. - URL : «Электронные издания КемГМУ» http://edu.kemsma.ru			320
2	Калентьева, С. В. Нормальная физиология [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие для самостоятельной работы обучающихся по программе специалитета по специальности «Лечебное дело» / С. В. Калентьева ; Кемеровский государственный медицинский университет, Кафедра нормальной физиологии. - Кемерово, 2016. - 107 с. . - URL : «Электронные издания КемГМУ» http://edu.kemsma.ru			320

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Помещения:

учебные комнаты, лекционный зал, комната для самостоятельной подготовки

Оборудование:

доски, столы, стулья

Средства обучения:

Технические средства:

мультимедийный комплекс (ноутбук, проектор, экран), аудиоколонки, монитор планшет, микшер усилитель, микрофон, компьютер с выходом в Интернет, МФУ.

Демонстрационные материалы:

наборы мультимедийных презентаций, таблица для определения остроты зрения, учебные стенды.

Оценочные средства на печатной основе:

тестовые задания по изучаемым темам, ситуационные задачи

Учебные материалы:

учебники, учебные пособия, раздаточные дидактические материалы

Программное обеспечение:

Microsoft Windows 7 Professional

Microsoft Office 10 Standard

Microsoft Windows 8.1 Professional

Microsoft Office 13 Standard

Linux лицензия GNU GPL

LibreOffice лицензия GNU LGPLv3

Лист изменений и дополнений РП

Дополнения и изменения в рабочей программе дисциплины ВАЛЕОЛОГИЯ. СТРЕСС И СТРЕССРЕАКТИВНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА

На 2018 - 2019 учебный год.

Регистрационный номер РП _____ .

Дата утверждения « ___ » _____ 201_ г.

Перечень дополнений и изменений, внесенных в рабочую программу	РП актуализирована на заседании кафедры:			Подпись и печать зав.научной библиотекой
	Дата	Номер протокола заседания кафедры	Подпись заведующего кафедрой	