Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Задорожная Людмила Ивановна
Должность: Проректор по учебной работе
Дата подписания: 15.07.2024 16:26:32
Уникальный программный ключ:
faa404d1aeb2a023b5f4a331ee5ddc540496512d

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Майкопский государственный технологический университет»

Факультет Лечебный факультет

Кафедра Пропедевтики внутренних болезней

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной работе
_____Л.И. Задорожная
«_____» _____ 20___г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по дисциплине	**Б1.О.54 Основы здорового образа жизни**
по направлению подготовки	31.05.01 Лечебное дело (с элементами английского языка)
по профилю подготовки (специализации)	
квалификация (степень) выпускника	Врач-лечебник
форма обучения	Очная,
год начала подготовки	2024

Майкоп

Рабочая программа составлена на основе ФГОС ВО и учебного плана МГТУ по направлению подготовки (специальности) 31.05.01 Лечебное дело (с элементами английского языка)

Составитель рабочей программы:

Старший преподаватель,	Подписано простой ЭП 05.07.2024	Куева Элла Мухамедовна
(должность, ученое звание, степень)	(подпись)	(Ф.И.О.)

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры:

Пропедевтики внутренних болезней
(название кафедры)

Заведующий кафедрой:

05.07.2024	Подписано простой ЭП 05.07.2024	Даутов Юрий Юнусович
	(подпись)	(Ф.И.О.)

Согласовано:

Руководитель ОПОП
заведующий выпускающей кафедрой
по направлению подготовки (специальности)

05.07.2024	Подписано простой ЭП 05.07.2024	Лялюкова Елена Александровна
	(подпись)	(Ф.И.О.)

Согласовано:

НБ МГТУ
(название подразделения)

11.07.2024	Подписано простой ЭП 11.07.2024	И. Б. Берберьян
	(подпись)	(Ф.И.О.)

1. Цели и задачи учебной дисциплины (модуля)

Цель дисциплины «Основы здорового образа жизни» – изучение закономерностей поддержания здоровья, моделирование и достижение здорового образа жизни. В практическом плане цель можно видеть в разработке мер и определении условий для сохранения и укрепления здоровья.

Задачи дисциплины:

- исследование и количественная оценка состояния здоровья и резервов здоровья человека;

- формирование установки на здоровый образ жизни;

- сохранение и укрепление здоровья и резервов здоровья человека через приобщение его к здоровому образу жизни;

формирование ценностного отношения к своему здоровью и ЗОЖ и здоровью окружающих людей

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОП по направлению подготовки (специальности)

Дисциплина «Основы здорового образа жизни» проводится в 4 семестре и логически взаимосвязана с дисциплинами: гигиена, экология, безопасность жизнедеятельности, и др.Дисциплина не повторяет учебный материал вышеприведенных, а направлена на формирование теоретико-практических основ здорового образа жизни. Программой предусмотрено изучение дисциплины на лекциях, практических занятиях и в процессе самостоятельной внеаудиторной работы студентов. В лекциях раскрываются теоретические и законодательные основы всех направлений дисциплины. На практических занятиях систематизируются и закрепляются теоретические знания, отрабатывается новый, самостоятельно изученный материал путем организации дискуссии, решения ситуационных задач. Внеаудиторная работа студентов предусматривает самостоятельное изучение отдельных вопросов изучаемого курса дисциплины, подготовку рефератных сообщений, анализ ситуаций и информации, получаемой из повседневной жизнедеятельности во взаимосвязи с учебными вопросами изучаемого материала. Промежуточный контроль знаний осуществляется путем проведения опроса, контрольных работ. Итоговый контроль знаний по изученному курсу дисциплины осуществляется путем проведения зачета. Обучение студентов по данной дисциплине проводится в форме лекций, практических занятий и самостоятельной работы. Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы, 108 часа.



3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующей(их) компетенции(й):

ОПК-2.1	Использует различные приемы, методы для распространения знаний о здоровом образе жизни и санитарно-гигиенического просвещения населения
ОПК-2.13	Формирует программы здорового образа жизни, включая программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ
ОПК-2.14	Оценивает эффективность профилактической работы с пациентами
ОПК-2.3	Разрабатывает и участвует в проведении профилактических мероприятий с целью повышения уровня здоровья и предотвращения заболеваний пациента (населения)
ОПК-3.1	Демонстрирует способность к противодействию применения допинга и борьбе с ним
УК-1.1	Анализирует задачу, выделяя ее базовые составляющие, осуществляет декомпозицию задачи
УК-1.2	Находит и критически анализирует информацию, необходимую для решения поставленной задачи
УК-1.3	Рассматривает возможные варианты решения задачи, оценивая их достоинства и недостатки

4. Объем дисциплины (модуля) и виды учебной работы. Общая трудоемкость дисциплины

Объем дисциплины и виды учебной работы по очной форме обучения.

		Формы контроля (количество)	Виды занятий				Итого часов	з.е.
		За	Лек	Пр	СРП	СР		
Курс 1	Сем. 2	1	16	16	0.25	39.75	**72**	2

5. Структура и содержание учебной и воспитательной деятельности при реализации дисциплины

5.1. Структура дисциплины для очной формы обучения.

Сем	Раздел дисциплины	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу и трудоемкость (в часах)								Формы текущего/промежуточной контроля успеваемости текущего (по неделям семестра), промежуточной аттестации (по семестрам)
			Лек	Лаб	ПР	СРП	КРАт	Контроль	СР	СЗ	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
4	Цель, задачи и принципы дисциплины. Определение понятия здоровья	1-2	2		4				6		Мультимедийная лекция. Проработка учебного материала по теме лекций. Работа над рефератами, конспектирование дополнительной литературы. Блиц-опрос
4	Кодекс здоровья. Методика формирования мотивационных основ ЗОЖ	3-4	2		4				6		Мультимедийная лекция. Проработка учебного материала по теме лекций. Работа над рефератами, конспектирование дополнительной литературы. Блиц-опрос
4	Понятие об иммунитете. Виды иммунитета	5-6	2		4				8		Мультимедийная лекция. Проработка учебного материала по теме лекций. Работа над рефератами, конспектирование дополнительной литературы. Блиц-опрос
4	Основы профилактики вредных привычек	7-8	2		4				8		Мультимедийная лекция. Проработка учебного материала по теме лекций. Работа над рефератами, конспектирование дополнительной литературы. Блиц-опрос
4	Психическое здоровье. Понятие о стрессе и дистрессе.	9-10	2		4				8		Мультимедийная лекция. Проработка учебного материала по теме

Сем	Раздел дисциплины	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу и трудоемкость (в часах)								Формы текущего/промежуточной контроля успеваемости текущего (по неделям семестра), промежуточной аттестации (по семестрам)
			Лек	Лаб	ПР	СРП	КРАт	Контроль	СР	СЗ	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
											лекций. Работа над рефератами, конспектирование дополнительной литературы. Блиц-опрос
4	Понятие об аддикциях. Аддиктивное поведение.	11-12	2		4				8		Мультимедийная лекция. Проработка учебного материала по теме лекций. Работа над рефератами, конспектирование дополнительной литературы. Блиц-опрос
4	Простудные и простудно-инфекционные заболевания	13-14	2		4				8		Мультимедийная лекция. Проработка учебного материала по теме лекций. Работа над рефератами, конспектирование дополнительной литературы. Блиц-опрос
4	Инфекции передающиеся половым путем	15-16	2		4				7,75		Мультимедийная лекция. Проработка учебного материала по теме лекций. Работа над рефератами, конспектирование дополнительной литературы. Блиц-опрос
4	промежуточная аттестация					0,25					зачет в устной форме
	ИТОГО:		**16**		**16**	**0.25**			**39.75**		

5.4. Содержание разделов дисциплины (модуля) «Основы здорового образа жизни», образовательные технологии

Лекционный курс

Сем	Наименование темы дисциплины	Трудоемкость (часы)			Содержание	Формируемые компетенции	Результаты освоения (знать, уметь, владеть)	Образовательные технологии
		ОФО	ЗФО	ОЗФО				
1	2	3	4	5	6	7	8	9
4	Цель, задачи и принципы дисциплины. Определение понятия здоровья	2			Основные составляющие ЗОЖ. Основные понятия о здоровье. Компоненты здо-ровья. Концепции здоровья. Факторы, определяющие здоровье и болезнь. Пробле-мы в формировании здорово-го образа жизни.	ОПК-2.1; УК-1.3;	Знать: о здоровом образе жизни, его компонентах и принципах организации; о мотивациях к сохранению здоровья и здоровому образу жизни; о вредных привычках и факторах, ухудшающих здоровье; Уметь: распознать признаки нарушения здоровья; проводить работу по формированию здорового об-раза жизни; Владеть: навыками применения методик сохранения и укрепления здоровья; навыками формирования мотивации здорового образа жизни, предупреждения вредных привычек.	, Слайд-лекция, Дискуссия
4	Кодекс здоровья. Методика формирования мотивационных основ ЗОЖ	2			Компоненты и показатели здоровья. Здоровье как основа безопасного существования. Основные пункты кодекса здоровья. Основы формирования мотиваций и установок на здоровый образ жизни.	ОПК-2.1; ОПК-2.13; УК-1.3; УК-1.2; УК-1.1; ОПК-2.3; ОПК-2.14;	Знать: о здоровом образе жизни, его компонентах и принципах организации; о мотивациях к сохранению здоровья и здоровому образу жизни; о вредных привычках и факторах, ухудшающих здоровье; Уметь: распознать признаки нарушения здоровья; проводить работу по формированию здорового об-раза жизни; Владеть: навыками применения методик сохранения и укрепления здоровья; навыками формирования мотивации здорового образа жизни, предупреждения вредных	, Слайд-лекция, Дискуссия

Сем	Наименование темы дисциплины	Трудоемкость (часы)			Содержание	Формируемые компетенции	Результаты освоения (знать, уметь, владеть)	Образовательные технологии
		ОФО	ЗФО	ОЗФО				
1	2	3	4	5	6	7	8	9
							привычек.	
4	Понятие об иммунитете. Виды иммунитета	2			Понятие об иммунитете и его виды. Показания и противопоказания к иммунизации. Вакцины и их виды. Сыворотки и их виды. Календарный график прививок.	ОПК-2.1; ОПК-2.13; ОПК-2.14; УК-1.1; УК-1.2; УК-1.3; ОПК-2.3;	Знать: о здоровом образе жизни, его компонентах и принципах организации; о мотивациях к сохранению здоровья и здоровому образу жизни; о вредных привычках и факторах, ухудшающих здоровье; Уметь: распознать признаки нарушения здоровья; проводить работу по формированию здорового об-раза жизни; Владеть: навыками применения методик сохранения и укрепления здоровья; навыками формирования мотивации здорового образа жизни, предупреждения вредных привычек.	, Слайд-лекция, Дискуссия
4	Основы профилактики вредных привычек	2			Алкоголь. Курение. Наркотики. Предпосылки стимулирующие потребление алкоголя. Критерии наркотизма. Классификация и особенности действия на организм наркотических средств и психотропных веществ. Компоненты табачного дыма, формирующие наркозависимость и определяющие вредность курения	ОПК-2.1; ОПК-2.13; ОПК-2.14; ОПК-2.3; ОПК-3.1; УК-1.1; УК-1.2; УК-1.3;	Знать: о здоровом образе жизни, его компонентах и принципах организации; о мотивациях к сохранению здоровья и здоровому образу жизни; о вредных привычках и факторах, ухудшающих здоровье; Уметь: распознать признаки нарушения здоровья; проводить работу по формированию здорового об-раза жизни; Владеть: навыками применения методик сохранения и укрепления здоровья; навыками формирования мотивации здорового образа жизни, предупреждения вредных привычек.	, Слайд-лекция, Дискуссия
4	Психическое здоровье. Понятие о стрессе и дистрессе.	2			Понятие психического здоровья. Эмоции и здоровье. Роль эмоций в жизнедеятельности человека. Причины	ОПК-2.1; ОПК-2.13; ОПК-2.14;	Знать: о здоровом образе жизни, его компонентах и принципах организации; о мотивациях к сохранению здоровья и здоровому	, Слайд-лекция, Дискуссия

Сем	Наименование темы дисциплины	Трудоемкость (часы)			Содержание	Формируемые компетенции	Результаты освоения (знать, уметь, владеть)	Образовательные технологии
		ОФО	ЗФО	ОЗФО				
1	2	3	4	5	6	7	8	9
					нарушения психического здоровья. Принципы и методы психотренинга. Психотерапия, ее виды. Стресс, его причины, влияние на организм, пути снятия стресса		образу жизни; о вредных привычках и факторах, ухудшающих здоровье; Уметь: распознать признаки нарушения здоровья; проводить работу по формированию здорового об-раза жизни; Владеть: навыками применения методик сохранения и укрепления здоровья; навыками формирования мотивации здорового образа жизни, предупреждения вредных привычек.	
4	Понятие об аддикциях. Аддиктивное поведение.	2			Аддикции. Аддиктивное по-ведение. Виды аддикций. Ургентная аддикция, интернет-аддикция. Орторексия. Булимия. Анорексия. Патологический гемблинг.	ОПК-2.13; ОПК-2.14; ОПК-2.1; УК-1.1; УК-1.2; УК-1.3; ОПК-2.3;	Знать: о здоровом образе жизни, его компонентах и принципах организации; о мотивациях к сохранению здоровья и здоровому образу жизни; о вредных привычках и факторах, ухудшающих здоровье; Уметь: распознать признаки нарушения здоровья; проводить работу по формированию здорового об-раза жизни; Владеть: навыками применения методик сохранения и укрепления здоровья; навыками формирования мотивации здорового образа жизни, предупреждения вредных привычек.	, Слайд-лекция, Дискуссия
4	Простудные и простудно-инфекционные заболевания	2			Простудные и простудно-инфекционные заболевания Их влияние на организм чело-века. Факторы риска и пути предупреждения простудных и простудно-инфекционных заболеваний, повышение за-щитных сил организма	ОПК-2.1; ОПК-2.13; ОПК-2.14; ОПК-2.3; УК-1.1; УК-1.2; УК-1.3;	Знать: о здоровом образе жизни, его компонентах и принципах организации; о мотивациях к сохранению здоровья и здоровому образу жизни; о вредных привычках и факторах, ухудшающих здоровье; Уметь: распознать признаки нарушения здоровья; проводить	, Слайд-лекция, Дискуссия

Сем	Наименование темы дисциплины	Трудоемкость (часы)			Содержание	Формируемые компетенции	Результаты освоения (знать, уметь, владеть)	Образовательные технологии
		ОФО	ЗФО	ОЗФО				
1	2	3	4	5	6	7	8	9
							работу по формированию здорового об-раза жизни; Владеть: навыками применения методик сохранения и укрепления здоровья; навыками формирования мотивации здорового образа жизни, предупреждения вредных привычек.	
4	Инфекции передающиеся половым путем	2			Инфекции, передающиеся половым путем. Их влияние на организм человека. Факторы риска и пути предотвращения инфекций, передающихся половым путем. Профилактика ВИЧ-инфекции у медицинского персонала.	ОПК-2.1; ОПК-2.13; ОПК-2.14; ОПК-2.3; УК-1.1; УК-1.2; УК-1.3;	Знать: о здоровом образе жизни, его компонентах и принципах организации; о мотивациях к сохранению здоровья и здоровому образу жизни; о вредных привычках и факторах, ухудшающих здоровье; Уметь: распознать признаки нарушения здоровья; проводить работу по формированию здорового об-раза жизни; Владеть: навыками применения методик сохранения и укрепления здоровья; навыками формирования мотивации здорового образа жизни, предупреждения вредных привычек.	, Слайд-лекция, Дискуссия
4	Промежуточная аттестация				зачет в устной форме	ОПК-2.1; ОПК-2.13; ОПК-2.14; ОПК-2.3; ОПК-3.1; УК-1.1; УК-1.2; УК-1.3;	Знать: логические формы и процедуры, способствующие рефлексии по поводу собственной и мыслительной деятельности. особенности системного и критического мышления и демонстрировать готовность к нему; Уметь: аргументированно формировать собственное суждение и оценку информации. анализировать источники информации с точки	устное собеседование

Сем	Наименование темы дисциплины	Трудоемкость (часы)			Содержание	Формируемые компетенции	Результаты освоения (знать, уметь, владеть)	Образовательные технологии
		ОФО	ЗФО	ОЗФО				
1	2	3	4	5	6	7	8	9
							зрения временных и пространственных условий их возникновения. Владеть: навыками сопоставления разных источников информации с целью выявления их противоречий и поиска достоверных суждений. навыками определения практических последствий изложенного решения задачи. методами профилактики заболеваний, проводимыми с целью повышения уровня здоровья и предотвращения заболеваний пациента (населения). Методами контроля соблюдения профилактических мероприятий.	
	ИТОГО:	**16**						

5.5. Практические занятия, их наименование, содержание и объем в часах

Сем	№ раздела дисциплины	Наименование практических занятий	Объем в часах		
			ОФО	ЗФО	ОЗФО
1	2	3	4	5	6
4	Цель, задачи и принципы дисциплины. Определение понятия здоровья	Основные составляющие ЗОЖ. Основные понятия о здоровье. Компоненты здоровья. Концепции здоровья. Факторы, определяющие здоровье и болезнь. Проблемы в формировании здорового образа жизни.	4		
4	Кодекс здоровья. Методика формирования мотивационных основ ЗОЖ	Понятия «образ жизни» и «здоровый образ жизни». Компоненты и показатели здоровья. Здоровье как основа безопасного существования. Основные пункты кодекса здоровья. Основы формирования мотиваций и установок на здоровый образ жизни.	4		
4	Понятие об иммунитете. Виды иммунитета	Понятие об иммунитете и его виды. Показания и противопоказания к иммунизации. Вакцины и их виды. Сыворотки и их виды. Календарный график прививок.	4		
4	Основы профилактики вредных привычек	Алкоголь. Курение. Наркотики. Предпосылки стимулирующие потребление алкоголя. Критерии наркотизма. Классификация и особенности действия на организм наркотических средств и психотропных веществ. Компоненты табачного дыма, формирующие наркозависимость и определяющие вредность курения	4		
4	Психическое здоровье. Понятие о стрессе и дистрессе.	Понятие психического здоровья. Эмоции и здоровье. Роль эмоций в жизнедеятельности человека. Причины нарушения психического здоровья. Принципы и методы психотренинга. Психотерапия, ее виды. Стресс, его причины, влияние на организм, пути снятия стресса	4		
4	Понятие об аддикциях. Аддиктивное поведение.	Аддикции. Аддиктивное поведение. Виды аддикций. Ургентная аддикция, интернет-аддикция. Орторексия. Булимия. Анорексия. Патологический гемблинг.	4		
4	Простудные и простудно-инфекционные заболевания	Простудные и простудно-инфекционные заболеванияИх влияние на организм человека. Факторы риска и пути предупреждения простудных и простудно-инфекционных заболеваний. повышение защитных сил организма	4		
4	Инфекции передающиеся половым путем	Инфекции, передающиеся половым путем. Их влияние на организм человека. Факторы риска и пути предотвращения инфекций, передающихся половым путем. Профилактика ВИЧ-инфекции у медицинского персонала.	4		
	ИТОГО:		**16**		

Симуляционные занятия, их наименование, содержание и объем в часах

Учебным планом не предусмотрено

5.6. Лабораторные занятия, их наименование и объем в часах

Учебным планом не предусмотрено

5.7. Примерная тематика курсовых проектов (работ)

Учебным планом не предусмотрено

5.8. Самостоятельная работа студентов

Содержание и объем самостоятельной работы студентов

Сем	Разделы и темы рабочей программы самостоятельного изучения	Перечень домашних заданий и других вопросов для самостоятельного изучения	Сроки выполнения	Объем в часах		
				ОФО	ЗФО	ОЗФО
1	2	3	4	5	6	7
4	Цель, задачи и принципы дисциплины «Пути формирования ЗОЖ». Определение понятия здоровья	Составление плана-конспекта. Работа со справочной литературой.Подготовка устных докладов (сообщений).	1-2 неделя	6		
4	Кодекс здоровья. Методика формирования мотивационных основ ЗОЖ	Написание реферата.Изучение основных и дополнительных источников литературы.	3-4 неделя	6		
4	Понятие об иммунитете. Виды иммунитета	Составление плана-конспекта. Работа со справочной литературой.Подготовка сообщений.	5-6 неделя	8		
4	Основы профилактики вредных привычек	Составление плана-конспекта. Работа со справочной литературой.Подготовка сообщений.	7-8 неделя	8		
4	Психическое здоровье. Пути сохранения психического здоровья. Понятие о стрессе и дистрессе.	Составление плана-конспекта. Работа со справочной литературой.Подготовка сообщений.	9-10 неделя	8		
4	Понятие об аддикциях. Аддиктивное поведение.	Составление плана-конспекта. Работа со справочной литературой.Подготовка сообщений.	11-12 неделя	8		
4	Простудные и простудно-инфекционные заболевания	Составление плана-конспекта. Работа со справочной литературой.Подготовка сообщений.	13-14 неделя	8		
4	Инфекции, передающиеся половым путем	Составление плана-конспекта. Работа со справочной литературой.Подготовка сообщений.	15-16 неделя	8		
	ИТОГО:			**40**		

5.9. Календарный график воспитательной работы по дисциплине

Модуль	Дата, место проведения	Название мероприятия	Форма проведения мероприятия	Ответственный	Достижения обучающихся
Модуль 3 Учебно-исследовательская и научно-исследовательская деятельность	Март, 2025 г.ФГБОУ ВО «МГТУ»	Круглый стол «Аддиктивное поведение. Разновидности человеческих зависимостей»	Групповая	Ведущий преподаватель	ОПК-2.1; ОПК-2.13; УК-1.3; УК-1.2;

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю).

6.1. Методические указания (собственные разработки)

Название	Ссылка
614.1(07) К 88 Куева, Э.М. (Майкопский государственный технологический университет). Пути формирования здорового образа жизни : (для студентов лечебного факультета) / Э.М. Куева ; ФГБОУ ВО Майкоп. гос. технол. ун-т, Лечебный фак., Каф. морфологии. - Майкоп : Б.и., 2019. - 98 с. - ЭБ НБ МГТУ. - URL: http://lib.mkgtu.ru:8002/libdata.php?id=2100040771. - Режим доступа: свободный. - Библиогр.: с. 96-97 (9 назв.)	http://lib.mkgtu.ru:8002/libdata.php?id=2100040771&DOK=080512&BASE=0007AA

6.2. Литература для самостоятельной работ

Название	Ссылка
Прохорова, Э. М. Валеология : учебное пособие / Э.М. Прохорова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : ИНФРА-М, 2024. — 253 с. — (Высшее образование). - DOI 10.12737/13650. - ISBN 978-5-16-019625-1. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/2131184	https://znanium.ru/catalog/document?id=438974
Прохорова, Э. М. Валеология : учебное пособие / Э.М. Прохорова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : ИНФРА-М, 2023. — 253 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). - DOI 10.12737/13650. - ISBN 978-5-16-010472-0. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1911860	https://znanium.ru/catalog/document?id=419564
Волокитин, А.В. Здоровье в движении : учебное пособие / А.В. Волокитин, Р.С. Телегин. - Липецк : Липецкий государственный технический университет : ЭБС АСВ, 2018. - 58 с. - ЭБС IPR Books. - URL: https://www.iprbookshop.ru/83190.html. - Режим доступа: по подписке. - ISBN 978-5-88247-870-3	http://www.iprbookshop.ru/83190.html
Петраков, М. А. Здоровый образ жизни : учебно-методическое пособие / М. А. Петраков, С. Н. Прудников, С. В. Морозов. — Брянск : Брянский ГАУ, 2021. — 22 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/304223	https://e.lanbook.com/book/304223
614.1(07) К 88 Куева, Э.М. (Майкопский государственный технологический университет). Пути формирования здорового образа жизни : (для студентов лечебного факультета) / Э.М. Куева ; ФГБОУ ВО Майкоп. гос. технол. ун-т, Лечебный фак., Каф. морфологии. - Майкоп : Б.и., 2019. - 98 с. - ЭБ НБ МГТУ. - URL: http://lib.mkgtu.ru:8002/libdata.php?id=2100040771. - Режим доступа: свободный. - Библиогр.: с. 96-97 (9 назв.)	http://lib.mkgtu.ru:8002/libdata.php?id=2100040771&DOK=080512&BASE=0007AA

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом,
- в форме электронного документа,
- в форме аудиофайла,
- в печатной форме на языке Брайля.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа,
- в форме аудиофайла.

7. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

7.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Этапы формирования компетенции (номер семестр согласного учебному плану)			Наименование учебных дисциплин, формирующие компетенции в процессе освоения образовательной программы
ОФО	**ЗФО**	**ОЗФО**	
ОПК-2.1 Использует различные приемы, методы для распространения знаний о здоровом образе жизни и санитарно-гигиенического просвещения населения			
10			Практика по неотложным медицинским манипуляциям
10			Практика общеврачебного профиля
4			Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности на должностях среднего медицинского персонала 1
1			Ознакомительная практика
2			Основы здорового образа жизни
9			Стоматология
45			Гигиена
34			Микробиология, вирусология
ОПК-2.13 Формирует программы здорового образа жизни, включая программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ			
2			Основы здорового образа жизни
ОПК-2.14 Оценивает эффективность профилактической работы с пациентами			
2			Основы здорового образа жизни
ОПК-2.3 Разрабатывает и участвует в проведении профилактических мероприятий с целью повышения уровня здоровья и предотвращения заболеваний пациента (населения)			
10			Практика общеврачебного профиля
2			Основы здорового образа жизни
45			Гигиена
34			Микробиология, вирусология
ОПК-3.1 Демонстрирует способность к противодействию применения допинга и борьбе с ним			
2			Основы здорового образа жизни
11			Судебная медицина
УК-1.1 Анализирует задачу, выделяя ее базовые составляющие, осуществляет декомпозицию задачи			
1			Научно-исследовательская работа (получение первичных навыков научно-исследовательской работы)
3			Биоэтика
13			Модуль получения квалификации "Сиделка"
2			Основы здорового образа жизни
2			Биология
1			Физика, математика
3			Биоорганическая химия
2			Химия
4			Философия
УК-1.2 Находит и критически анализирует информацию, необходимую для решения поставленной задачи			
1			Научно-исследовательская работа (получение первичных навыков научно-исследовательской работы)
3			Биоэтика

Этапы формирования компетенции (номер семестр согласного учебному плану)			Наименование учебных дисциплин, формирующие компетенции в процессе освоения образовательной программы
ОФО	ЗФО	ОЗФО	
13			Модуль получения квалификации "Сиделка"
2			Основы здорового образа жизни
2			Биология
3			Биоорганическая химия
1			Физика, математика
2			Химия
УК-1.3 Рассматривает возможные варианты решения задачи, оценивая их достоинства и недостатки			
1			Научно-исследовательская работа (получение первичных навыков научно-исследовательской работы)
3			Биоэтика
13			Модуль получения квалификации "Сиделка"
2			Основы здорового образа жизни
2			Биология
3			Биоорганическая химия
1			Физика, математика
2			Химия

7.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкалы оценивания

Планируемые результаты освоения компетенции	Критерии оценивания результатов обучения				Наименование оценочного средства
	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	отлично	
1	2	3	4	5	6
ОПК-2: Способен проводить и осуществлять контроль эффективности мероприятий по профилактике, формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению населения					
ОПК-2.1 Использует различные приемы, методы для распространения знаний о здоровом образе жизни и санитарно-гигиенического просвещения населения					
Знать: основные приемы и методы пропаганды здорового образа жизни, санитарно-гигиенического просвещения населения.	Фрагментарные знания	Неполные знания	Сформированные, но содержащие отдельные пробелы знания	Сформированные систематические знания	Блиц-опрос, контрольные вопросы и задания к текущим занятиям, вопросы к зачету
Уметь: консультировать пациента (семью) по вопросам здорового образа жизни.	Частичные умения	Неполные умения	Умения полные, допускаются небольшие ошибки	Сформированные умения	
Владеть: навыками использования различных приемов, методов для распространения знаний о здоровом образе жизни и навыками санитарно-гигиенического просвещения населения.	Частичное владение навыками	Несистематическое применение навыков	В систематическом применении навыков допускаются пробелы	Успешное и систематическое применение навыков	
ОПК-2: Способен проводить и осуществлять контроль эффективности мероприятий по профилактике, формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению населения					
ОПК-2.13 Формирует программы здорового образа жизни, включая программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ					

Планируемые результаты освоения компетенции	Критерии оценивания результатов обучения				Наименование оценочного средства
	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	отлично	
1	2	3	4	5	6
Знать: формы и методы санитарно-просветительной работы по формированию элементов здорового образа жизни, в том числе программ снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ.	Фрагментарные знания	Неполные знания	Сформированные, но содержащие отдельные пробелы знания	Сформированные систематические знания	Блиц-опрос, контрольные вопросы и задания к текущим занятиям, вопросы к зачету
Уметь: разрабатывать и реализовывать программы формирования здорового образа жизни, в том числе программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ.	Частичные умения	Неполные умения	Умения полные, допускаются небольшие ошибки	Сформированные умения	
Владеть: навыками формирования программ здорового образа жизни, включая программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ.	Частичное владение навыками	Несистематическое применение навыков	В систематическом применении навыков допускаются пробелы	Успешное и систематическое применение навыков	
ОПК-2: Способен проводить и осуществлять контроль эффективности мероприятий по профилактике, формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению населения					
ОПК-2.14 Оценивает эффективность профилактической работы с пациентами					
Знать: Законодательство Российской Федерации в сфере охраны здоровья,	Фрагментарные знания	Неполные знания	Сформированные, но содержащие отдельные пробелы знания	Сформированные систематические знания	Блиц-опрос, контрольные вопросы и задания к текущим занятиям,

Планируемые результаты освоения компетенции	Критерии оценивания результатов обучения				Наименование оценочного средства
	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	отлично	
1	2	3	4	5	6
санитарные правила и нормы.					вопросы к зачету
Уметь: определять эффективность профилактической работы с пациентами.	Частичные умения	Неполные умения	Умения полные, допускаются небольшие ошибки	Сформированные умения	
Владеть: навыками оценки эффективности профилактической работы с пациентами.	Частичное владение навыками	Несистематическое применение навыков	В систематическом применении навыков допускаются пробелы	Успешное и систематическое применение навыков	
ОПК-2: Способен проводить и осуществлять контроль эффективности мероприятий по профилактике, формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению населения					
ОПК-2.3 Разрабатывает и участвует в проведении профилактических мероприятий с целью повышения уровня здоровья и предотвращения заболеваний пациента (населения)					
Знать: методы профилактики заболеваний и методы контроля соблюдения профилактических мероприятий, проводимые с целью повышения уровня здоровья и предотвращения заболеваний пациента (населения).	Фрагментарные знания	Неполные знания	Сформированные, но содержащие отдельные пробелы знания	Сформированные систематические знания	Блиц-опрос, контрольные вопросы и задания к текущим занятиям, вопросы к зачету
Уметь: осуществлять этапы профилактических мероприятий, проводимых с целью повышения уровня здоровья и предотвращения заболеваний пациента (населения).	Частичные умения	Неполные умения	Умения полные, допускаются небольшие ошибки	Сформированные умения	
Владеть: методами профилактики заболеваний, проводимыми с целью повышения уровня здоровья и предотвращения заболеваний пациента (населения). Методами контроля соблюдения профилактических мероприятий.	Частичное владение навыками	Несистематическое применение навыков	В систематическом применении навыков допускаются пробелы	Успешное и систематическое применение навыков	
ОПК-3: Способен к противодействию применения допинга в спорте и борьбе с ним					
ОПК-3.1 Демонстрирует способность к противодействию применения допинга и борьбе с ним					
Знать: основы законодательства в области противодействия применения допинга в спорте; механизмы действия	Фрагментарные знания	Неполные знания	Сформированные, но содержащие отдельные пробелы знания	Сформированные систематические знания	Блиц-опрос, контрольные вопросы и задания к текущим занятиям, вопросы к зачету

Планируемые результаты освоения компетенции	Критерии оценивания результатов обучения				Наименование оценочного средства
	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	отлично	
1	2	3	4	5	6
основных лекарственных препаратов, применяющихся в качестве допинга в спорте.					
Уметь: применять знания механизмов действия основных лекарственных препаратов, применяющихся в качестве допинга в спорте, для организации борьбы с ним: проводить санитарно-просветительскую работу среди различных групп населения.	Частичные умения	Неполные умения	Умения полные, допускаются небольшие ошибки	Сформированные умения	
Владеть: навыками проведения санитарно-просветительской работы, направленной на борьбу с допингом в спорте.	Частичное владение навыками	Несистематическое применение навыков	В систематическом применении навыков допускаются пробелы	Успешное и систематическое применение навыков	
УК-1: Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий					
УК-1.1 Анализирует задачу, выделяя ее базовые составляющие, осуществляет декомпозицию задачи					
Знать: логические формы и процедуры, способствующие рефлексии по поводу собственной и мыслительной деятельности.	Фрагментарные знания	Неполные знания	Сформированные, но содержащие отдельные пробелы знания	Сформированные систематические знания	Блиц-опрос, контрольные вопросы и задания к текущим занятиям, вопросы к зачету
Уметь: аргументированно формировать собственное суждение и оценку информации.	Частичные умения	Неполные умения	Умения полные, допускаются небольшие ошибки	Сформированные умения	
Владеть: навыками сопоставления разных источников информации с целью выявления их противоречий и поиска достоверных суждений.	Частичное владение навыками	Несистематическое применение навыков	В систематическом применении навыков допускаются пробелы	Успешное и систематическое применение навыков	
УК-1: Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий					
УК-1.2 Находит и критически анализирует информацию, необходимую для решения поставленной задачи					
Знать: - особенности	Фрагментарные знания	Неполные знания	Сформированные, но содержащие	Сформированные систематические	Блиц-опрос, контрольные

Планируемые результаты освоения компетенции	Критерии оценивания результатов обучения				Наименование оценочного средства
	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	отлично	
1	2	3	4	5	6
системного и критического мышления и демонстрировать готовность к нему;- логические формы и процедуры, демонстрировать способность к рефлексии по поводу собственной и мыслительной деятельности.			отдельные пробелы знания	знания	вопросы и задания к текущим занятиям, вопросы к зачету
Уметь: анализировать источники информации с точки зрения временных и пространственных условий их возникновения.	Частичные умения	Неполные умения	Умения полные, допускаются небольшие ошибки	Сформированные умения	
Владеть: навыками определения практических последствий изложенного решения задачи.	Частичное владение навыками	Несистематическое применение навыков	В систематическом применении навыков допускаются пробелы	Успешное и систематическое применение навыков	
УК-1: Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий					
УК-1.3 Рассматривает возможные варианты решения задачи, оценивая их достоинства и недостатки					
Знать: логические формы и процедуры, способствующие рефлексии по поводу собственной и мыслительной деятельности.	Фрагментарные знания	Неполные знания	Сформированные, но содержащие отдельные пробелы знания	Сформированные систематические знания	Блиц-опрос, контрольные вопросы и задания к текущим занятиям, вопросы к зачету
Уметь: аргументированно формировать собственное суждение и оценку информации.	Частичные умения	Неполные умения	Умения полные, допускаются небольшие ошибки	Сформированные умения	
Владеть: навыками определения практических последствий изложенного решения задачи.	Частичное владение навыками	Несистематическое применение навыков	В систематическом применении навыков допускаются пробелы	Успешное и систематическое применение навыков	

7.3. Типовые контрольные задания и иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Контрольные вопросы и задания

для проведения текущего контроля по курсу «Основы здорового образа жизни» для студентов I курса по специальности «Лечебное дело»

1. Понятие здоровья. Компоненты здоровья: физический, психический, духовный и социальный. Взаимосвязь видов здоровья.

2. Факторы, влияющие на здоровье человека

3. Характеристика факторов внешней среды и их влияние на здоровье

4. Роль генетических факторов в формировании здоровья человека

5. Компоненты здоровья.

6. Концепции здоровья.

7. Основные оздоровительные доктрины мира.

8. Кодекс здоровья.

9. Мотивация к здоровому образу жизни.

10. Алкоголь. Предпосылки распространения алкоголя.

11. Алкоголизм и пьянство.

12. Наркотизм и толерантность.

13. Классификация наркотических средств.

14. Критерии наркотических понятий.

15. Виды табачного дыма.

16. Девичий перекур.

17. Иммунитет. Органы иммунной системы.

18. Вакцинация. Виды вакцин.

19. Сыворотки. Виды сывороток

20. Виды иммунитета.

21. Календарь профилактических прививок.

Контрольные вопросы и задания для проведения промежуточной аттестации.

1. Понятие здоровья. Компоненты здоровья: физический, психический, духовный и социальный. Взаимосвязь видов здоровья.

2. Факторы, влияющие на здоровье человека

3. Характеристика факторов внешней среды и их влияние на здоровье

4. Роль генетических факторов в формировании здоровья человека

5. Компоненты здоровья.



6. Концепции здоровья.

7. Основные оздоровительные доктрины мира.

8. Кодекс здоровья.

9. Мотивация к здоровому образу жизни.

10. Алкоголь. Предпосылки распространения алкоголя.

11. Алкоголизм и пьянство.

12. Наркотизм и толерантность.

13. Классификация наркотических средств.

14. Критерии наркотических понятий.

15. Виды табачного дыма.

16. Девичий перекур.

17. Иммунитет. Органы иммунной системы.

18. Вакцинация. Виды вакцин.

19. Сыворотки. Виды сывороток

20. Виды иммунитета.

21. Календарь профилактических прививок.

22. Психическое здоровье.

23. Понятие о тренигах. Их виды.

24. Психотерапия. Ее виды.

25. Стресс. Виды стресса.

26. Симптомы экзаменационного стресса.

27. Пути выхода из стрессовых ситуаций

28. Виды аддикций.

29. Патологический гемблинг.

30. Ургентная аддикиця.

31. Шопоголизм.

32. Интернет-аддикция.

33. Орторексия.

34. Анорексия.

35. Булимия.

36. Сравнение орторексии и правильного питания.

37. Характерные признаки гриппа.

38. Характерные признаки парагриппа.

39. Аденовирусная инфекция.

40. Факторы риска ОРИ.

41. Медикаментозная профилактика.

42. Меры личной и общественной гигиены.

43. Основные методы индивидуальной профилактики.

44. Инфекции передающиеся половым путем.

45. Особенности клинической симптоматики ОППП.

46. Последствия ИППП.

47. Профилактика ИППП.

48. Профилактика ВИЧ-инфекции у медицинского персонала.

49. Универсальная аптечка.

50. Общие правила транспортировки пострадавших.

7.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений и навыков, и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Наименование оценочного средства	Краткая характеристика оценочного средства	Представление оценочного средства в фонде	Шкала оценивания
Текущий контроль успеваемости			
Реферат	Продукт самостоятельной работы обучающегося, представляющий собой краткое изложение содержания и результатов индивидуальной учебно-исследовательской деятельности. Автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее. Реферат должен быть структурирован (по главам, разделам, параграфам) и включать разделы: введение, основную часть, заключение, список использованной литературы. В зависимости от тематики реферата к нему могут быть оформлены приложения, содержащие документы, иллюстрации, таблицы, схемы и т.д.	Темы рефератов	Двухбалльная/ четырехбалльная шкала
Тест	Система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающегося.	Фонд тестовых заданий	

	В тестовых заданиях используются четыре типа вопросов: - закрытая форма - наиболее распространенная форма и предлагает несколько альтернативных ответов на поставленный вопрос. Например, обучающемуся задается вопрос, требующий альтернативного ответа «да» или «нет», «является» или «не является», «относится» или «не относится» и т.п. Тестовое задание, содержащее вопрос в закрытой форме, включает в себя один или несколько правильных ответов и иногда называется выборочным заданием. Закрытая форма вопросов используется также в тестах-задачах с выборочными ответами. В тестовом задании в этом случае сформулированы условие задачи и все необходимые исходные данные, а в ответах представлены несколько вариантов результата решения в числовом или буквенном виде. Обучающийся должен решить задачу и показать, какой из представленных ответов он получил; - открытая форма - вопрос в открытой форме представляет собой утверждение, которое необходимо дополнить. Данная форма может быть представлена в тестовом задании, например, в виде словесного текста, формулы (уравнения), графика, в которых пропущены существенные составляющие - части слова или буквы, условные обозначения, линии или изображения элементов схемы и графика. Обучающийся должен по памяти вставить соответствующие элементы в указанные места («пропуски»); - установление соответствия - в данном случае обучающемуся предлагают два списка, между элементами которых следует установить соответствие; - установление последовательности - предполагает необходимость установить правильную последовательность предлагаемого списка слов или фраз.		
Промежуточная аттестация			
Зачет	Форма проверки знаний, умений и навыков, приобретенных обучающимися в процессе усвоения учебного материала лекционных, практических и семинарских занятий по дисциплине.	Вопросы к зачету	Двухбалльная шкала

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

8.1. Основная литература

Название	Ссылка
614.1(07) К 88 Куева, Э.М. (Майкопский государственный технологический университет). Пути формирования здорового образа жизни : (для студентов лечебного факультета) / Э.М. Куева ; ФГБОУ ВО Майкоп. гос. технол. ун-т, Лечебный фак., Каф. морфологии. - Майкоп : Б.и., 2019. - 98 с. - ЭБ НБ МГТУ. - URL: http://lib.mkgtu.ru:8002/libdata.php?id=2100040771. - Режим доступа: свободный. - Библиогр.: с. 96-97 (9 назв.)	http://lib.mkgtu.ru:8002/libdata.php?id=2100040771&DOK=080512&BASE=0007AA
Образ жизни и здоровье : учебное пособие / под редакцией А .В. Мельцера, И. А. Мишкич. — Санкт-Петербург : СЗГМУ им. И.И. Мечникова, 2022. — 140 с. — ISBN 978-5-89588-397-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/327374	https://e.lanbook.com/book/327374
Прохорова, Э. М. Валеология : учебное пособие / Э.М. Прохорова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : ИНФРА-М, 2024. — 253 с. — (Высшее образование). - DOI 10.12737/13650. - ISBN 978-5-16-019625-1. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/2131184	https://znanium.ru/catalog/document?id=438974

8.2. Дополнительная литература

Название	Ссылка
Формирование здорового образа жизни. Гигиенические и эпидемиологические методы в изучении неинфекционных заболеваний [Электронный ресурс]: учебное пособие / Н.В. Лукьяненко [и др.]; под ред. Н.В. Лукьяненко. - Москва: ИНФРА-М, 2019. - 104 с. -- ЭБС «Znanium.com» - Режим доступа:	https://znanium.ru/catalog/document?pid=1025823
Волокитин, А.В. Здоровье в движении : учебное пособие / А.В. Волокитин, Р.С. Телегин. - Липецк : Липецкий государственный технический университет : ЭБС АСВ, 2018. - 58 с. - ЭБС IPR Books. - URL: https://www.iprbookshop.ru/83190.html. - Режим доступа: по подписке. - ISBN 978-5-88247-870-3	http://www.iprbookshop.ru/83190.html

8.3. Информационно-телекоммуникационные ресурсы сети «Интернет»

1. Образовательный портал ФГБОУ ВО «МГТУ» [Электронный ресурс]: Режим доступа: https://mkgtu.ru/ 2. Официальный сайт Правительства Российской Федерации. [Электронный ресурс]: Режим доступа: http://www.government.ru 3. Информационно-правовой портал «Гарант» [Электронный ресурс]: Режим доступа: http://www.garant.ru/ 4. Научная электронная библиотека www.eLIBRARY.RU – Режим доступа: http://elibrary.ru/ 5. Электронный каталог библиотеки – Режим доступа: // http://lib.mkgtu.ru:8004/catalog/fol2; 6. Единое окно доступа к образовательным ресурсам: Режим доступа: http://window.edu.ru/ 7. Федеральная электронная медицинская библиотека Режим доступа: http://www.femb.ru/ 8. Медицинский образовательный сайт социальная сеть для врачей: Режим доступа: https://vrachivmeste.ru/ 9. Лучшие медицинские сайты: Режим доступа: https://links-med.narod.ru/

9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Раздел / Тема	Методы обучения	Способы (формы) обучения	Средства обучения	Формируемые компетенции
Цель, задачи и принципы дисциплины. Определение понятия здоровья	Лекция, конспектирования, приобретение знаний, формирование умений и навыков, закрепление, проверка знаний, навыков, применение знаний. Словесные, наглядные, практические. Самостоятельная работа студентов под руководством преподавателя.	Аудиторное изучение нового учебного материала. Формирование и совершенствование умений и навыков Обобщение и систематизация знаний, контроль, коррекция знаний	Мультимедия с демонстрационным материалом. Мультимедия с курсом лекций. Тесты.	ОПК-2.1, ОПК-2.13, ОПК-2.14, ОПК-2.3, ОПК-3.1, УК-1.1, УК-1.2, УК-1.3
Кодекс здоровья. Методика формирования мотивационных основ ЗОЖ	Лекция, конспектирования, приобретение знаний, формирование умений и навыков, закрепление, проверка знаний, навыков, применение знаний. Словесные, наглядные, практические. Самостоятельная работа студентов под руководством преподавателя.	Аудиторное изучение нового учебного материала. Формирование и совершенствование умений и навыков Обобщение и систематизация знаний, контроль, коррекция знаний	Мультимедия с демонстрационным материалом. Мультимедия с курсом лекций. Тесты.	ОПК-2.1, ОПК-2.13, ОПК-2.14, ОПК-2.3, ОПК-3.1, УК-1.1, УК-1.2, УК-1.3
Понятие об иммунитете. Виды иммунитета	Лекция, конспектирования, приобретение знаний, формирование умений и навыков, закрепление, проверка знаний, навыков, применение знаний. Словесные, наглядные, практические. Самостоятельная работа	Аудиторное изучение нового учебного материала. Формирование и совершенствование умений и навыков Обобщение и систематизация знаний, контроль, коррекция	Мультимедия с демонстрационным материалом. Мультимедия с курсом лекций. Тесты.	ОПК-2.1, ОПК-2.13, ОПК-2.14, ОПК-2.3, ОПК-3.1, УК-1.1, УК-1.2, УК-1.3

	студентов под руководством преподавателя.	знаний		
Основы профилактики вредных привычек	Лекция, конспектирования, приобретение знаний, формирование умений и навыков, закрепление, проверка знаний, навыков, применение знаний. Словесные, наглядные, практические. Самостоятельная работа студентов под руководством преподавателя.	Аудиторное изучение нового учебного материала. Формирование и совершенствование умений и навыков Обобщение и систематизация знаний, контроль, коррекция знаний	Мультимедия с демонстрационным материалом. Мультимедия с курсом лекций. Тесты.	ОПК-2.1, ОПК-2.13, ОПК-2.14, ОПК-2.3, ОПК-3.1, УК-1.1, УК-1.2, УК-1.3
Психическое здоровье. Понятие о стрессе и дистрессе.	Лекция, конспектирования, приобретение знаний, формирование умений и навыков, закрепление, проверка знаний, навыков, применение знаний. Словесные, наглядные, практические. Самостоятельная работа студентов под руководством преподавателя.	Аудиторное изучение нового учебного материала. Формирование и совершенствование умений и навыков Обобщение и систематизация знаний, контроль, коррекция знаний	Мультимедия с демонстрационным материалом. Мультимедия с курсом лекций. Тесты.	ОПК-2.1, ОПК-2.13, ОПК-2.14, ОПК-2.3, ОПК-3.1, УК-1.1, УК-1.2, УК-1.3
Понятие об аддикциях. Аддиктивное поведение.	Лекция, конспектирования, приобретение знаний, формирование умений и навыков, закрепление, проверка знаний, навыков, применение знаний. Словесные, наглядные, практические. Самостоятельная работа студентов под руководством преподавателя.	Аудиторное изучение нового учебного материала. Формирование и совершенствование умений и навыков Обобщение и систематизация знаний, контроль, коррекция знаний	Мультимедия с демонстрационным материалом. Мультимедия с курсом лекций. Тесты.	ОПК-2.1, ОПК-2.13, ОПК-2.14, ОПК-2.3, ОПК-3.1, УК-1.1, УК-1.2, УК-1.3
Простудные и простудно-инфекционные заболевания	Лекция, конспектирования, приобретение знаний, формирование умений и навыков, закрепление, проверка знаний, навыков, применение знаний. Словесные, наглядные, практические.	Аудиторное изучение нового учебного материала. Формирование и совершенствование умений и навыков Обобщение и систематизация знаний,	Мультимедия с демонстрационным материалом. Мультимедия с курсом лекций. Тесты.	ОПК-2.1, ОПК-2.13, ОПК-2.14, ОПК-2.3, ОПК-3.1, УК-1.1, УК-1.2, УК-1.3

	Самостоятельная работа студентов под руководством преподавателя.	контроль, коррекция знаний		
Инфекции передающиеся половым путем	Лекция, конспектирования, приобретение знаний, формирование умений и навыков, закрепление, проверка знаний, навыков, применение знаний. Словесные, наглядные, практические. Самостоятельная работа студентов под руководством преподавателя.	Аудиторное изучение нового учебного материала. Формирование и совершенствование умений и навыков Обобщение и систематизация знаний, контроль, коррекция знаний	Мультимедия с демонстрационным материалом. Мультимедия с курсом лекций. Тесты.	ОПК-2.1, ОПК-2.13, ОПК-2.14, ОПК-2.3, ОПК-3.1, УК-1.1, УК-1.2, УК-1.3

10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)

10.1. Перечень необходимого программного обеспечения

Название
Adobe Reader DC Свободная лицензия
Microsoft Office Word 2010 Номер продукта 14.0.6024.1000 SP1 MSO 02260-018-0000106-48095
Антивирус kaspersky endpoint security Лицензионный договор от 17.02.2021 № 203-20122401
7-Zip Свободная лицензия

10.2. Перечень необходимых информационных справочных систем:

Каждый обучающийся в течение всего периода обучения обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронно-библиотечным системам:

Название
ЭБС «Консультант студента». Коллекции: Медицина. Здравоохранение (ВПО), ГЭОТАР-Медиа. Премиум комплект : студенческая электронная библиотека : сайт / ООО «Политехресурс». Электронная библиотека технического вуза. – Москва, 2012. - . – URL: http://www.studentlibrary.ru/cgi-bin/mb4x - Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст электронный. Является электронной библиотечной системой (ЭБС), предоставляющей доступ через сеть Интернет к учебной литературе и дополнительным материалам, приобретенным на основании прямых договоров с правообладателями. Полностью соответствует требованиям федеральных государственных образовательных стандартов третьего поколения (ФГОС ВО 3+) к комплектованию библиотек, в том числе электронных, в части формирования фондов основной и дополнительной литературы, для СПО, ВО и аспирантуры. http://www.studentlibrary.ru/cgi-bin/mb4x
Znanium.com. Базовая коллекция : электронно-библиотечная система : сайт / ООО 'Научно-издательский центр Инфра-М'. – Москва, 2011 - – URL: http://znanium.com/catalog (дата обновления: 06.06.2019). - Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст: электронный.Фонд ЭБС формируется с учетом всех изменений образовательных стандартов и включает учебники, учебные пособия, УМК, монографии, авторефераты, диссертации, энциклопедии, словари и справочники, законодательно-нормативные документы, специальные периодические издания и издания, выпускаемые издательствами вузов. http://znanium.com/catalog/
eLIBRARY.RU. : научная электронная библиотека : сайт. – Москва, 2000. - . – URL: https://elibrary.ru/defaultx.asp. - Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст: электронный. Платформа eLIBRARY.RU была создана в 1999 году по инициативе Российского фонда фундаментальных исследований для обеспечения российским ученым электронного доступа к ведущим иностранным научным изданиям. С 2005 года eLIBRARY.RU начала работу с русскоязычными публикациями и ныне является ведущей электронной библиотекой научной периодики на русском языке в мире. https://elibrary.ru/defaultx.asp
CYBERLENINKA : научная электронная библиотека : сайт. – Москва, 2014. - . – URL: https://cyberleninka.ru// - Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст: электронный. КиберЛенинка - это научная электронная библиотека, построенная на парадигме открытой науки (Open Science), основными задачами которой является популяризация науки и научной деятельности, общественный контроль качества научных публикаций, развитие междисциплинарных исследований, современного института научной рецензии, повышение цитируемости российской науки и построение инфраструктуры знаний. https://cyberleninka.ru/

Для обучающихся обеспечен доступ (удаленный доступ) к следующим современным профессиональным базам данных, информационным справочным и поисковым системам:

Название
ЭБС «Консультант студента». Коллекции: Медицина. Здравоохранение (ВПО), ГЭОТАР-Медиа. Премиум комплект : студенческая электронная библиотека : сайт / ООО «Политехресурс». Электронная библиотека технического вуза. – Москва, 2012. - . – URL: http://www.studentlibrary.ru/cgi-bin/mb4x - Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст электронный. Является электронной библиотечной системой (ЭБС), предоставляющей доступ через сеть Интернет к учебной литературе и дополнительным материалам, приобретенным на основании прямых договоров с правообладателями. Полностью соответствует требованиям федеральных государственных образовательных стандартов третьего поколения (ФГОС ВО 3+) к комплектованию библиотек, в том числе электронных, в части формирования фондов основной и дополнительной литературы, для СПО, ВО и аспирантуры. http://www.studentlibrary.ru/cgi-bin/mb4x
Национальная электронная библиотека (НЭБ) : федеральная государственная информационная система : сайт / Министерство культуры Российской Федерации, Российская государственная библиотека. – Москва, 2004 - – URL: https://нэб.рф/. - Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст: электронный. НЭБ - проект Российской

Название
государственной библиотеки. Начиная с 2004 г. Проект Национальная электронная библиотека (НЭБ) разрабатывается ведущими российскими библиотеками при поддержке Министерства культуры Российской Федерации. Основная цель НЭБ - обеспечить свободный доступ гражданам Российской Федерации ко всем изданным, издаваемым и хранящимся в фондах российских библиотек изданиям и научным работам, – от книжных памятников истории и культуры, до новейших авторских произведений. В настоящее время проект НЭБ включает более 1.660.000 электронных книг, более 33.000.000 записей каталогов. https://нэб.рф/
eLIBRARY.RU. : научная электронная библиотека : сайт. – Москва, 2000. - . – URL: https://elibrary.ru/defaultx.asp. - Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст: электронный. Платформа eLIBRARY.RU была создана в 1999 году по инициативе Российского фонда фундаментальных исследований для обеспечения российским ученым электронного доступа к ведущим иностранным научным изданиям. С 2005 года eLIBRARY.RU начала работу с русскоязычными публикациями и ныне является ведущей электронной библиотекой научной периодики на русском языке в мире. https://elibrary.ru/defaultx.asp
CYBERLENINKA : научная электронная библиотека : сайт. – Москва, 2014. - . – URL: https://cyberleninka.ru// - Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст: электронный. КиберЛенинка - это научная электронная библиотека, построенная на парадигме открытой науки (Open Science), основными задачами которой является популяризация науки и научной деятельности, общественный контроль качества научных публикаций, развитие междисциплинарных исследований, современного института научной рецензии, повышение цитируемости российской науки и построение инфраструктуры знаний. https://cyberleninka.ru/

11. Описание материально-технической базы необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Наименования специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа (3-3-18) 385000, Республика Адыгея, г. Майкоп, ул. Пушкина, дом № 177, Учебный корпус № 3	Учебная мебель на 70 посадочных мест, доска, мультимедийное оборудование (проектор, экран)	Adobe Reader DC Свободная лицензияMicrosoft Office Word 2010 Номер продукта 14.0.6024.1000 SP1 MSO 02260-018-0000106-48095Антивирус kaspersky endpoint security Лицензионный договор от 17.02.2021 № 203-20122401
Аудитория для занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации: корпус 3 ауд. 3,5-, ул.Пушкина 177	Учебная мебель на 30 посадочных мест, доска, мультимедийное оборудование (проектор, экран)	1. Microsoft Office Word 2015. 0376100002715000045-0018439-01 от 19.06.2015. 2. Adobe Reader .Бесплатно, бессрочный.3. K-Lite Codec Pack, Codec Guide. Бесплатно, бессрочный.4. OCWindows, Microsoft Corp. № 00371-838-5849405-85257, 23.01.2012, бессрочный.5. 7-zip.org. GNU LGPL.6. Офисный пакет WPSOffice. Свободно распространяемое ПО.
Помещения для самостоятельной работы1.Читальный зал научной библиотеки ФГБОУ ВО «МГТУ»: корпус 1, 3 этаж, ул. Первомайская 191.2.Компьютерный класс, читального зала научной библиотеки ФГБОУ ВО «МГТУ»: корпус 1, 3 этаж, ул.Первомайская ,191.	Мебель для аудиторий. Библиотечный фонд специальной литературы. Компьютерный класс на 30 посадочных мест, оснащенный компьютерами«msi» с выходом в Интернет.	1. Microsoft Office Word 2015. 0376100002715000045-0018439-01 от 19.06.2015. 2. Adobe Reader .Бесплатно, бессрочный.3. K-Lite Codec Pack, Codec Guide. Бесплатно, бессрочный.4. OCWindows, Microsoft Corp. № 00371-838-5849405-85257, 23.01.2012, бессрочный.5. 7-zip.org. GNU LGPL.6. Офисный пакет WPSOffice. Свободно распространяемое ПО.