

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Валитов Николай Николаевич  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 22.06.2023 09:49:00  
Уникальный программный ключ:  
a562210a8a161d1bc9a344a1b5a830ac71b9d73665849c6d6db3c5a4e71d6e


Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«Башкирский государственный медицинский университет»

Министерства здравоохранения Российской Федерации

*Кафедра гигиены с курсом медико-профилактического дела ИДПО*

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе  
Валитов Д.А. / 



 2023 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

*Гигиенические основы сохранения здоровья*

Уровень образования

Высшее – *специалитет*

Специальность

*31.05.01 Лечебное дело*

Квалификация

*Врач-лечебник*

Форма обучения

*Очная*

Для приема: *2023*

Уфа – 2023

При разработке рабочей программы учебной дисциплины в основу положены:

1. ФГОС ВО 3 по специальности 31.05.01 Лечебное дело (специалитет), утвержденный приказом Министерством науки и высшего образования РФ № 988 от 12.08.2020 года.

2. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ № 293н от 21 марта 2017 года «Об утверждении профессионального стандарта «Врач-лечебник (врач-терапевт участковый)».

3. Учебный план по специальности 31.05.01 Лечебное дело, утвержденный Ученым советом ФГБОУ ВО Башкирский государственный медицинский университет Министерства здравоохранения Российской Федерации от «30» МАЯ 2023 г., протокол № 5.

Рабочая программа учебной дисциплины одобрена на заседании кафедры гигиены с курсом медико-профилактического дела ИДПО от 10 апреля 2023 г., протокол № 10.

**Зав. кафедрой**



П.А. Мочалкин

Рабочая программа учебной дисциплины одобрена УМС специальности Лечебное дело от 25.04.2023, протокол № 5.

**Председатель УМС**  
по специальности  
31.05.01 Лечебное дело



Е.Р. Фаршатова

**Разработчики:**

У.З. Ахмадуллин - к.м.н., доцент кафедры гигиены с курсом медико-профилактического дела ИДПО

Х.М. Ахмадуллина - д.м.н., профессор кафедры гигиены с курсом медико-профилактического дела ИДПО

## Содержание рабочей программы

1.	Пояснительная записка	4
1.1.	Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы	4
1.2.	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций	4
2.	Требования к результатам освоения учебной дисциплины	6
2.1.	Типы задач профессиональной деятельности	6
2.2.	Перечень компетенций и индикаторов достижения компетенций с указанием соотнесенных с ними запланированных результатов обучения по дисциплине	6
3.	Содержание рабочей программы	8
3.1.	Объем учебной дисциплины и виды учебной работы	8
3.2.	Перечень разделов учебной дисциплины и компетенций с указанием соотнесенных с ними тем разделов дисциплины	9
3.3.	Разделы учебной дисциплины, виды учебной деятельности и формы контроля	12
3.4.	Название тем лекций и количество часов по семестрам учебной дисциплины	14
3.5.	Название тем практических занятий, в том числе практической подготовки и количество часов по семестрам учебной дисциплины	14
3.6.	Лабораторный практикум	15
3.7.	Самостоятельная работа обучающегося	15
4.	Фонд оценочных материалов для контроля успеваемости и результатов освоения учебной дисциплины	17
4.1.	Перечень компетенций и индикаторов достижения компетенций с указанием соотнесенных с ними запланированных результатов обучения по дисциплине. Описание критериев и шкал оценивания результатов обучения по дисциплине.	17
4.2.	Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценивания результатов обучения по учебной дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций	22
5.	Учебно-методическое и информационное обеспечение учебной дисциплины	24
5.1.	Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения учебной дисциплины	24
5.2.	Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения учебной дисциплины	26
6.	Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по учебной дисциплине	26
6.1.	Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по учебной дисциплине	27
6.2.	Современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы	29
6.3.	Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства	29

# 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

## 1. Пояснительная записка

### 1.1. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Гигиенические основы сохранения здоровья» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений (вариативная часть).

Дисциплина изучается на 3 курсе в 6 семестре.

Цель освоения учебной дисциплины «Гигиенические основы сохранения здоровья» состоит в изучении закономерностей сохранения здоровья человека и разработке гигиенических методов моделирования здорового образа жизни.

При этом задачами дисциплины «Гигиенические основы сохранения здоровья» являются:

- приобретение студентами знаний в области сохранения здоровья человека, концепций и основных составляющих здорового образа жизни;
- формирование системы мышления и действий в медико-профилактическом процессе, направленной на доказательное установление влияния гигиенических факторов на состояние здоровья человека;
- обучение студентов умению с помощью методов функциональной диагностики определять состояние здоровья человека и его индивидуальные особенности, выбирать доступные и оптимальные методики для поддержания активности и высокой работоспособности;
- обучение проведению полного объема медико-профилактических мероприятий, пропаганды здорового образа жизни, современных стратегий гигиенически сбалансированного развития общества, обеспечения здоровья человека.

### 1.2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по учебной дисциплине (модулю)
<b>ОПК-2.</b> Способен проводить и осуществлять контроль эффективности мероприятий по профилактике, формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению	<b>ОПК-2.1.</b> Умеет планировать и применять наиболее эффективные методы и средства информирования населения о здоровом образе жизни, повышения его грамотности в вопросах профилактики заболеваний.	<b>Знать:</b> формы, методы и средства санитарно-просветительской работы с населением по вопросам профилактической медицины; показатели здоровья населения; факторы, определяющие здоровье детского и взрослого населения. <b>Уметь:</b> планировать и проводить санитарно-просветительскую работу с населением по вопросам профилактической медицины; работать с учебной, научной, нормативной и справочной литературой; осуществлять поиск информации для решения профессиональных задач. <b>Владеть:</b> навыками формирования здорового образа жизни.
	<b>ОПК-2.2.</b> Использует знания по основам профилактической	

	<p>медицины, направленной на укрепление здоровья населения.</p>	<p>самостоятельно разрабатывать системы оздоровления и самосовершенствования.  <b>Владеть:</b> навыками организации и проведения санитарно-просветительской работы с населением по вопросам профилактической медицины.</p>
	<p><b>ОПК-2.3.</b> Осуществляет контроль эффективности мероприятий по профилактике, формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению.</p>	<p><b>Знать:</b> основы здорового образа жизни; факторы риска заболеваний.  <b>Уметь:</b> проводить мероприятия по формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению населения.  <b>Владеть:</b> навыками организации контроля эффективности мероприятий по профилактике, формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению.</p>
<p><b>ПК-1.</b> Способен осуществлять комплекс мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья и включающих в себя формирование здорового образа жизни, предупреждение возникновения и (или) распространения заболеваний, а также направленных на устранение вредного влияния на здоровье человека факторов среды его обитания</p>	<p><b>ПК-1.1.</b> Проводит мероприятия по санитарно-гигиеническому просвещению населения, информирует население о факторах риска заболеваний, первичной, вторичной и третичной профилактики путем применения СМИ, баннеров, санбюллетеней, памяток и др.</p>	<p><b>Знать:</b> особенности составления плана мероприятий по санитарно-гигиеническому просвещению населения.  <b>Уметь:</b> выявлять факторы риска заболеваний.  <b>Владеть:</b> навыками проведения первичной, вторичной и третичной профилактики путем применения СМИ, баннеров, санбюллетеней, памяток и др.</p>
	<p><b>ПК-1.3.</b> Оценивает влияние физической активности и других составляющих ЗОЖ на состояние соматического здоровья, физическое развитие и функциональное состояние различных систем организма у пациентов.</p>	<p><b>Знать:</b> факторы, составляющие ЗОЖ.  <b>Уметь:</b> выявлять факторы, оказывающие влияние физической активности и других составляющих ЗОЖ на состояние соматического здоровья, физическое развитие и функциональное состояние различных систем организма у пациентов.  <b>Владеть:</b> навыками оценки влияния физической активности и других составляющих ЗОЖ на состояние соматического здоровья, физическое развитие и функциональное состояние различных систем организма у пациентов.</p>

	<p><b>ПК-1.4.</b> Формирует программы здорового образа жизни, включая программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ.</p>	<p><b>Знать:</b> действующие программы по формированию здорового образа жизни, включая программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ.</p> <p><b>Уметь:</b> реализовывать комплексные программы по формированию здорового образа жизни, включая программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ.</p> <p><b>Владеть:</b> навыками формирования программы по формированию здорового образа жизни, включая программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ.</p>
--	--	---

## 2. Требования к результатам освоения учебной дисциплины

### 2.1. Типы задач профессиональной деятельности

Задачи профессиональной деятельности, которые лежат в основе преподавания учебной дисциплины: медицинская деятельность, профилактика.

### 2.2. Перечень компетенций, индикаторов достижения компетенций и индекса трудовой функции

№ п/п	Номер/индекс компетенции (или его части) и ее содержание	Номер/индекс индикатора достижения компетенции (или его части) и его содержание	Индекс трудовой функции и ее содержание	Перечень практических навыков	Оценочные средства
1	2	3	4	5	6
	<p><b>ОПК-2.</b> Способен проводить и осуществлять контроль эффективности мероприятий по профилактике, формированию здорового</p>	<p><b>ОПК-2.1.</b> Умеет планировать и применять наиболее эффективные методы и средства информирования населения о здоровом образе жизни, повышения</p>		<p>Навыки формирования здорового образа жизни; навыки организации и проведения санитарно-просветительской работы с</p>	<p>Контрольная работа, собеседование, ситуационные задачи, письменное тестирование, домашнее задание.</p>

	<p>образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению</p>	<p>его грамотности в вопросах профилактики заболеваний.  <b>ОПК-2.2.</b>  Использует знания по основам профилактической медицины, направленной на укрепление здоровья населения.  <b>ОПК-2.3.</b>  Осуществляет контроль эффективности мероприятий по профилактике, формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению.</p>		<p>населением по вопросам профилактической медицины; навыки организации контроля эффективности мероприятий по профилактике, формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению.</p>	
	<p><b>ПК-1.</b>  Способен осуществлять комплекс мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья и включающих в себя формирование здорового образа жизни, предупреждение возникновения и (или) распространения заболеваний, а также направленных на устранение вредного влияния на здоровье человека факторов среды</p>	<p><b>ПК-1.1.</b> Проводит мероприятия по санитарно-гигиеническому просвещению населения, информирует население о факторах риска заболеваний, первичной, вторичной и третичной профилактике путем применения СМИ, баннеров, санбюллетеней, памяток и др.  <b>ПК-1.3.</b> Оценивает влияние физической активности и других составляющих ЗОЖ на состояние соматического здоровья, физическое</p>	<p><b>A/05.7</b>  проведение и контроль эффективности мероприятий по профилактике и формированию ЗОЖ и санитарно-гигиеническому просвещению населения</p>	<p>Навыки проведения первичной, вторичной и третичной профилактики путем применения СМИ, баннеров, санбюллетеней, памяток и др; навыки оценки влияния физической активности и других составляющих ЗОЖ на состояние соматического здоровья, физическое развитие и функциональное состояние различных систем организма у</p>	<p>Контрольная работа, собеседование, ситуационные задачи, письменное тестирование, домашнее задание.</p>

его обитания.	развитие и функциональное состояние различных систем организма у пациентов. <b>ПК-1.4.</b> Формирует программы здорового образа жизни, включая программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ.		пациентов; навыки формирования программы по формированию здорового образа жизни, включая программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ.	
---------------	--	--	---	--

### 3. Содержание рабочей программы

#### 3.1 Объем учебной дисциплины (модуля) и виды учебной работы

Вид учебной работы		Всего часов/ зачетных единиц	Семестр 6
1		2	3
<b>Контактная работа (всего), в том числе:</b>		48/1,33	48/1,33
Лекции (Л)		12/0,33	12/0,33
Практические занятия (ПЗ),		36/1.0	36/1.0
<b>Самостоятельная работа обучающегося (СР), в том числе:</b>		24/0.67	24/0.67
Подготовка к занятиям (ПЗ)		10/0,28	10/0,28
Подготовка к текущему контролю (ПТК)		4/0,11	4/0,11
Подготовка к промежуточному контролю (ППК)		10/0,28	10/0,28
<b>Вид промежуточной аттестации</b>	зачет (За)	3	3
<b>ИТОГО: Общая трудоемкость</b>	час.	72	72
	ЗЕТ	2	2



3.2. Перечень разделов учебной дисциплины и компетенций с указанием соотношенных с ними тем разделов дисциплины

№ п/п	Индекс компетенции	Наименование раздела учебной дисциплины	Содержание раздела (темы разделов)
1	2	3	4
1	ОПК-2	Общие представления о здоровье. Показатели здоровья населения. Факторы, определяющие здоровье человека. Понятие образа жизни, его составляющие. Основы здорового образа жизни. Факторы риска заболеваний	<p>Состояние здоровья населения России. Теоретические основы формирования, сохранения и укрепления здоровья человека.</p> <p>Социальные потребности общества в сохранении, укреплении и формировании здоровья человека. Исторический аспект категории здоровья. Анализ существующих понятий «здоровье» в биологических, медицинских, гуманитарных науках.</p> <p>Здоровье физическое, психологическое и социальное. Индивидуальное и общественное здоровье. Показатели индивидуального здоровья.</p> <p>Показатели общественного здоровья. Здоровье и благополучие. Уровни здоровья. Уровни благополучия. Факторы здоровья. Методы оценки количества и качества здоровья.</p> <p>Понятия «здоровье личности», «здоровье популяции», «здоровье нации». Демографические, социально-экономические, медицинские, культурологические аспекты здоровья.</p> <p>Принципы обеспечения здоровья. Общие мотивы сохранения и укрепления здоровья. Влияние питания, двигательной активности, аутоагрессии на здоровье.</p> <p>Категории образа жизни. Сущность здорового образа жизни как основы формирования индивидуального здоровья. Модели общественного здоровья с позиции личности и государства. Факторы риска заболеваний. Взаимозависимость здоровья и здорового образа жизни. Принципы здорового образа жизни. Условия здорового образа жизни. Показатели и критерии здорового образа жизни.</p> <p>Примеры здорового образа жизни. Жизнь и деятельность людей, ведущих здоровый образ жизни.</p>
2	ОПК-2	Понятие медицинской профилактики. Проблема профилактики на современном этапе. Организация системы первичной, вторичной,	<p>Современные проблемы профилактики. Определение понятия «профилактика заболеваний», «медицинская профилактика». Виды (стадии) профилактики.</p> <p>Первичная профилактика — система мер предупреждения возникновения и воздействия факторов риска развития заболеваний (вакцинация, рациональный режим труда и отдыха, рациональное качественное питание, физическая активность, охрана окружающей среды и т. д.).</p> <p>Вторичная профилактика — комплекс мероприятий, направленных на устранение выраженных факторов риска, которые при определенных условиях (стресс,</p>

		третичной профилактики. Общая и индивидуальная профилактика (методы индивидуальной профилактики) Гигиеническое обучение и воспитание населения – один из путей формирования здорового образа жизни	ослабление иммунитета, чрезмерные нагрузки на любые другие функциональные системы организма) могут привести к возникновению, обострению и рецидиву заболевания. Третичная профилактика имеет целью социальную (формирование уверенности в собственной социальной пригодности), трудовую (возможность восстановления трудовых навыков), психологическую (восстановление поведенческой активности) и медицинскую (восстановление функций органов и систем организма) реабилитацию. Общая и индивидуальная профилактика (методы индивидуальной профилактики). Формы, методы и средства формирования здорового образа жизни. Гигиеническое обучение и воспитание детского и взрослого населения.
3	ПК-1	Организационные принципы деятельности Центров здоровья по формированию здорового образа жизни у граждан Российской Федерации.	Организационные основы, цели, задачи и содержание деятельности Центров здоровья. Научно-методическое обеспечение деятельности Центров здоровья по формированию здорового образа жизни у граждан Российской Федерации. Интеграция усилий различных государственных и общественных организаций, СМИ в работе по формированию здорового образа жизни молодежи. Правовое и экономическое обеспечение оздоровительной работы. Формирование положительной мотивации здорового образа жизни у учащихся. Дневник здоровья, карта режима дня, самоанализ пищевого поведения, двигательной активности, работоспособности, психического состояния. Внеклассная работа по оздоровлению учащихся.
4	ПК-1	Питание и здоровье	Рациональное питание, его принципы. Значение питания для поддержания здоровья. Состав пищи: белки, жиры, углеводы, минеральные вещества, витамины, вода. Концепции питания: сбалансированное питание, вегетарианство, раздельное питание, лечебное голодание и др. Принципы составления индивидуальных программ оздоровительного питания. Естественные оздоровительные продукты: продукты пчеловодства, проросшие зерна, отруби, овощные и фруктовые соки и др. Понятие о диетологии и диетотерапии.
5	ОПК-2 ПК-1	Избыточная масса тела и ожирение как факторы риска неинфекционных заболеваний	Концепция сбалансированного питания. Нормы питания. Режим питания. Масса тела, ее определение. Разгрузочные дни. Идеальная и нормальная масса тела. Гигиенические основы питания детей и подростков. Избыточная масса тела и ожирение как факторы риска неинфекционных заболеваний (НИЗ). Сахарный диабет.

		(НИЗ). Сахарный диабет	Физическая культура в режиме здорового образа жизни. Механизмы оздоровительного действия физических упражнений; значение физической подготовленности для здоровья; значение выносливости (аэробной производительности) для устойчивости к атеросклерозу, гипертонии, ожирению, диабету; значение силы (анаэробной производительности) и гибкости для устойчивости к болезням позвоночника, суставов, диабету, ожирению, недостаточности родовой деятельности и др.
6	ОПК-2 ПК-1	Роль двигательной активности в формировании здоровья	Двигательная активность и нормы для разных возрастных категорий. Физиологические основы физической культуры человека. Гиподинамия. Иммуитет и здоровье. Классификация защитных механизмов. Физиология иммунитета. Факторы риска иммунитета. Труд и здоровье. Рациональная организация жизнедеятельности: работоспособность и утомление. Оптимальная организация учебного режима школьников. Культура умственного и физического труда. Понятие об активном отдыхе. Понятие о хронобиологии и биоритмах.
7	ПК-1	Курение и чрезмерное употребление алкоголя как факторы риска возникновения неинфекционных заболеваний (НИЗ). Наркомания	Факторы риска возникновения неинфекционных заболеваний. Вредные привычки и болезни химической зависимости. Табачная зависимость и способы ее преодоления. Алкогольная зависимость. Наркомания. Понятие о психоактивных веществах.
8	ПК-1	Репродуктивное здоровье. Профилактика заболеваний, передающихся половым путем	Репродуктивное здоровье и способы профилактики нарушений репродуктивного здоровья. Искусственный аборт. Контрацепция. Венерические болезни, их профилактика: трихомоноз, гонорея, сифилис. Синдром приобретенного иммунного дефицита. История вопроса. Пути передачи СПИДа. Группы риска. Патогенез и клиника СПИДа. Диагностика. Профилактика. Профилактика заболеваний, передающихся половым путем. Основы полового воспитания. Гигиена половой жизни. Планирование семьи. Роль семьи и школы в половом воспитании. Беременность, роды, уход за детьми.
9	ОПК-2	Системы оздоровления и самосовершенствования	Понятие о функциональных и естественных факторах оздоровления. Традиционные оздоровительные системы. Виды физических упражнений: аэробные и анаэробные упражнения (плавание, игры, танцы и др.). Практика йоги, ушу. Дыхательная гимнастика в практике общего оздоровления. Естественные факторы природы как обязательное условие обеспечения здоровья. Закаливание. Особенности использования средств восстановления в

			<p>школе.</p> <p>Разработка индивидуальной программы здорового образа жизни. Социальное здоровье как интегральная характеристика здоровья человека и общества.</p> <p>Психофизические основы здоровья. Психологический статус и здоровье человека. Сущность и критерии психического здоровья человека. Эмоции человека и здоровье. Стресс и проблема адаптации. Кризисные состояния, их причины и коррекция.</p> <p>Психорегуляция, психосаморегуляция, релаксация и аутогенная тренировка, психогигиена человека.</p> <p>Определение адаптационного потенциала человека.</p> <p>Метеочувствительность. Психоэмоциональное напряжение. Синдром хронической усталости.</p> <p>Организация физкультпауз, минуток здоровья и использование различных тренажеров. Массаж, самомассаж, воздействие на биологически активные точки.</p> <p>Самоконтроль состояния организма при физических нагрузках.</p>
--	--	--	---

### 3.3. Разделы учебной дисциплины, виды учебной деятельности и формы контроля

№ п/п	№ семестра	Наименование раздела учебной дисциплины (модуля)	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу обучающихся (в часах)					Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра)
			Л	ЛП	ПЗ	СРО	Всего	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	6	Общие представления о здоровье. Показатели здоровья населения. Факторы, определяющие здоровье человека. Основы здорового образа жизни.	2	-	4	2	8	письменное тестирование, устный опрос, контроль выполнения СРО, реферат, компьютерное тестирование; решение ситуационных задач, контрольное занятие
2	6	Понятие медицинской профилактики. Проблемы профилактики на современном этапе.	2	-	4	2	8	письменное тестирование, устный опрос, контроль выполнения СРО, реферат, компьютерное тестирование; решение ситуационных задач, контрольное занятие
3	6	Организационные принципы деятельности	2	-	4	2	8	письменное тестирование, устный

		Центров здоровья по формированию здорового образа жизни у граждан Российской Федерации.						опрос, контроль выполнения СРО, реферат, компьютерное тестирование; решение ситуационных задач, контрольное занятие
4	6	Питание и здоровье	2	-	4	2	8	письменное тестирование, устный опрос, контроль выполнения СРО, реферат, компьютерное тестирование; решение ситуационных задач, контрольное занятие
5	6	Избыточная масса тела и ожирение как факторы риска неинфекционных заболеваний (НИЗ). Сахарный диабет	1	-	4	4	9	письменное тестирование, устный опрос, контроль выполнения СРО, реферат, компьютерное тестирование; решение ситуационных задач, контрольное занятие
6	6	Роль двигательной активности в формировании здоровья	1	-	4	2	7	письменное тестирование, устный опрос, контроль выполнения СРО, реферат, компьютерное тестирование; решение ситуационных задач, контрольное занятие
7	6	Курение и чрезмерное употребление алкоголя как факторы риска возникновения неинфекционных заболеваний (НИЗ). Наркомания	-		4	2	6	письменное тестирование, устный опрос, контроль выполнения СРО, реферат, компьютерное тестирование; решение ситуационных задач, контрольное занятие
8	6	Репродуктивное здоровье. Профилактика заболеваний, передающихся половым путем	-		4	4	8	письменное тестирование, устный опрос, контроль выполнения СРО, реферат, компьютерное тестирование; решение ситуационных задач, контрольное занятие

9	6	Системы оздоровления и самосовершенствования	2		4	4	10	письменное тестирование, устный опрос, контроль выполнения СРО, реферат, компьютерное тестирование; решение ситуационных задач, контрольное занятие
ИТОГО			12	-	36	24	72	

**3.4. Название тем лекций и количество часов по семестрам изучения учебной дисциплины (модуля).**

№ п/п	Название тем лекций учебной дисциплины (модуля)	Семестр 6 Объем в АЧ
1	2	3
1	Общие представления о здоровье. Показатели здоровья населения. Факторы, определяющие здоровье. Основы здорового образа жизни	2
2	Понятие медицинской профилактики. Проблема профилактики на современном этапе. Организация системы первичной, вторичной, третичной профилактики.	2
3	Организационные принципы деятельности центров здоровья по формированию здорового образа жизни у граждан РФ.	2
4	Питание и здоровье.	2
5	Избыточная масса тела и ожирение как факторы риска неинфекционных заболеваний (НИЗ). Роль двигательной активности в формировании здоровья.	2
6	Системы оздоровления и самосовершенствования.	2
	ИТОГО	12

**3.5. Название тем практических занятий в том числе практической подготовки и количество часов по семестрам изучения учебной дисциплины (модуля).**

№ п/п	Название тем практических занятий учебной дисциплины (модуля)	Семестр 6 Объем в АЧ
1	2	3
1.	Методика проведения антропометрических исследований и оценка функционального состояния организма.	4
2.	Организационные основы, цели, задачи и содержание деятельности Центров здоровья. (Занятие в Центре здоровья).	4
3.	Питание и здоровье. Профилактика ожирения.	4
4.	Роль двигательной активности в формировании здоровья.	4
5.	Закаливание организма. Показания, противопоказания. Методики.	4
6.	Вредные привычки и профилактика курения.	4
7.	Определение адаптационного потенциала. Метеочувствительность.	4
8.	Критерии и методы определения биологического возраста. Профилактика стресса.	4
9.	Санитарно-просветительная работа среди населения.	4
	ИТОГО	36

**3.6. Лабораторный практикум**  
**Не предусмотрено учебным планом.**

**3.7. Самостоятельная работа обучающегося**

**3.7.1. Виды СРО (АУДИТОРНАЯ РАБОТА)**

№ п/п	№ семестра	Наименование раздела учебной дисциплины (модуля)	Виды СРО	Всего часов
1	2	3	4	5
1.	6	Методика проведения антропометрических исследований и оценка функционального состояния организма.	- выполнение индивидуальных и групповых заданий преподавателя; - отработка практических навыков	1
2.	6	Организационные основы, цели, задачи и содержание деятельности Центров здоровья. (Занятие в Центре здоровья).	- изучение нормативных и иных материалов; - использование справочной литературы	1
3.	6	Питание и здоровье. Профилактика ожирения.	- решение практических заданий; - разбор ситуаций	1
4.	6	Роль двигательной активности в формировании здоровья.	- отработка практических навыков, - решение практических заданий; - разбор ситуаций	1
5.	6	Закаливание организма. Показания, противопоказания. Методики.	- выполнение индивидуальных и групповых заданий преподавателя	1
6.	6	Вредные привычки и профилактика курения.	- выполнение индивидуальных и групповых заданий преподавателя	1
7.	6	Определение адаптационного потенциала. Метеочувствительность.	- выполнение индивидуальных и групповых заданий преподавателя; - отработка практических навыков	1
8.	6	Критерии и методы определения биологического возраста. Профилактика стресса.	- решение практических заданий; - разбор ситуаций	1
9.	6	Санитарно-просветительная работа среди населения.	- использование справочной литературы; - чтение и анализ текстов (нормативных актов, учебной литературы и т.п.)	1
<b>ИТОГО часов в семестре</b>				<b>9</b>

### 3.7.2. Виды СРО (ВНЕАУДИТОРНАЯ РАБОТА)

№ п/п	№ семестра	Наименование раздела учебной дисциплины (модуля)	Виды СРО	Всего часов
1	2	3	4	5
1.	6	Методика проведения антропометрических исследований и оценка функционального состояния организма.	- подготовка к практическим занятиям; - чтение учебной литературы, текстов лекций	1
2.	6	Организационные основы, цели, задачи и содержание деятельности Центров здоровья. (Занятие в Центре здоровья).	- чтение учебной литературы, текстов лекций; - работа с электронными ресурсами	1
3.	6	Питание и здоровье. Профилактика ожирения.	- подготовка к практическим занятиям; - выполнение практических заданий (решение задач, разбор ситуации)	2
4.	6	Роль двигательной активности в формировании здоровья.	- работа с электронными ресурсами; - конспектирование источников	2
5.	6	Закаливание организма. Показания, противопоказания. Методики.	- подготовка к практическим занятиям; - оформление мультимедийных презентаций учебных разделов	1
6.	6	Вредные привычки и профилактика курения.	- подготовка к практическим занятиям; - работа с электронными ресурсами	2
7.	6	Определение адаптационного потенциала. Метеочувствительность.	- конспектирование источников; - подготовка и написание рефератов	2
8.	6	Критерии и методы определения биологического возраста. Профилактика стресса.	- подготовка и написание рефератов	1
9.	6	Санитарно-просветительная работа среди населения.	- оформление мультимедийных презентаций учебных разделов; - подготовка и написание рефератов	1
ИТОГО часов в семестре				15



### 3.7.3. Примерная тематика контрольных вопросов (семестр 6)

1. Здоровье: понятие, критерии, физиологические нормы, компоненты здоровья. Степень здоровья.
2. Индивидуальное и общественное здоровье. Показатели общественного здоровья. Состояние здоровья современного человека.
3. Понятие о здоровом образе жизни. Факторы риска для здоровья.
4. Основы гигиенических знаний. Уход за кожей, полостью рта, волосами. Гигиена зрения и органов слуха. Школьная гигиена.
5. Психическое здоровье. Стресс, методы его коррекции.
6. Питание и здоровье. Состав пищи. Концепции рационального питания.
7. Физическая культура в режиме здорового образа жизни.
8. Двигательная активность: оптимальная для здоровья, недостаточная (гиподинамия) и чрезмерная (гипердинамия).
9. Основы полового воспитания. Формирование сексуальности.
10. Гигиена пола. Планирование семьи. Роль семьи и школы в половом воспитании.
11. Болезнь: понятие, виды, причины, стадии. Классификация болезней.
12. Болезни цивилизации, их профилактика: атеросклероз, гипертоническая болезнь, инфаркт миокарда, ишемическая болезнь сердца.
13. Инфекционные болезни, их профилактика.
14. Иммуитет и его виды. Календарь профилактических прививок.
15. Венерические заболевания (трихомоноз, гонорея, сифилис). Профилактика и принципы лечения.
16. Синдром приобретенного иммунного дефицита. История вопроса. Этиология, патогенез, клиника СПИДа. Диагностика и меры профилактики.
17. Искусственный аборт: история вопроса. Виды абортов, осложнения, последствия.
18. Контрацепция.
19. Диагностика состояния и степени здоровья: данные антропометрического исследования.
20. Оценка функционального состояния организма и его систем.
21. Понятие об онкологии. Причины возникновения опухолевых заболеваний. Факторы риска. Первые признаки и общие симптомы. Стадии развития. Виды онкологических заболеваний. Методы диагностики и лечения. Профилактика.
22. Аллергия. История. Этиология. Причины роста заболеваемости аллергией. Патогенез. Наиболее распространенные аллергены. Клинические проявления. Диагностика. Осложнения. Лечение аллергии. Профилактика.
23. Системы оздоровления и самосовершенствования.
24. Психофизические основы здоровья. Психологический статус и здоровье человека. Сущность и критерии психического здоровья человека. Эмоции человека и здоровье. Стресс и проблема адаптации. Кризисные состояния, их причины и коррекция. Психорегуляция, психосаморегуляция, релаксация и аутогенная тренировка, психогигиена человека.
25. Организация и содержание гигиенического воспитания населения. Формирование положительной мотивации здорового образа жизни детского и взрослого населения.

#### 4. Оценочные материалы для контроля успеваемости и результатов освоения учебной дисциплины (модуля)

##### 4.1. Перечень компетенций и индикаторов достижения компетенций с указанием соотнесенных с ними запланированных результатов обучения по

дисциплине. Описание критериев и шкал оценивания результатов обучения по дисциплине.

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине	Критерии оценивания результатов обучения	
		Не зачтено	Зачтено
<p><b>ОПК-2.1.</b> Умеет планировать и применять наиболее эффективные методы и средства информирования населения о здоровом образе жизни, повышения его грамотности в вопросах профилактики заболеваний.</p>	<p><b>Знать:</b> формы, методы и средства санитарно-просветительской работы с населением по вопросам профилактической медицины; показатели здоровья населения; факторы, определяющие здоровье детского и взрослого населения. <b>Уметь:</b> планировать и проводить санитарно-просветительскую работу с населением по вопросам профилактической медицины; работать с учебной, научной, нормативной и справочной литературой; осуществлять поиск информации для решения профессиональных задач. <b>Владеть:</b> навыками формирования здорового образа жизни.</p>	<p>Не знает: - формы, методы и средства санитарно-просветительской работы с населением по вопросам профилактической медицины; показатели здоровья населения; факторы, определяющие здоровье детского и взрослого населения; - основы профилактической медицины; обучить население самостоятельно разрабатывать системы оздоровления и самосовершенствования; - основы здорового образа жизни; факторы риска заболеваний.</p>	<p>Хорошо знает: - формы, методы и средства санитарно-просветительской работы с населением по вопросам профилактической медицины; показатели здоровья населения; факторы, определяющие здоровье детского и взрослого населения; - основы профилактической медицины; обучить население самостоятельно разрабатывать системы оздоровления и самосовершенствования; - основы здорового образа жизни; факторы риска заболеваний.</p>
<p><b>ОПК-2.2.</b> Использует знания по основам профилактической медицины, направленной на укрепление здоровья</p>	<p><b>Знать:</b> основы профилактической медицины. <b>Уметь:</b> обучить население самостоятельно разрабатывать системы оздоровления и самосовершенствования. <b>Владеть:</b> навыками</p>	<p>Не умеет: - планировать и проводить санитарно-просветительскую работу с населением по вопросам профилактической медицины; работать с учебной, научной, нормативной и</p>	<p>Хорошо умеет: - планировать и проводить санитарно-просветительскую работу с населением по вопросам профилактической медицины; работать с учебной, научной, нормативной и</p>

населения.	организации и проведения санитарно-просветительской работы с населением по вопросам профилактической медицины.	справочной литературой; осуществлять поиск информации для решения профессиональных задач; - обучить население самостоятельно разрабатывать системы оздоровления и самосовершенствования; - проводить мероприятия по формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению населения.	справочной литературой; осуществлять поиск информации для решения профессиональных задач; - обучить население самостоятельно разрабатывать системы оздоровления и самосовершенствования; - проводить мероприятия по формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению населения.
<b>ОПК-2.3.</b> Осуществляет контроль эффективности мероприятий по профилактике, формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническом у просвещению.	<b>Знать:</b> основы здорового образа жизни; факторы риска заболеваний. <b>Уметь:</b> проводить мероприятия по формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению населения. <b>Владеть:</b> навыками организации контроля эффективности мероприятий по профилактике, формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению.	Не владеет: - навыками формирования здорового образа жизни; - навыками организации и проведения санитарно-просветительской работы с населением по вопросам профилактической медицины; - навыками организации контроля эффективности мероприятий по профилактике, формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению.	Хорошо владеет: - навыками формирования здорового образа жизни; - навыками организации и проведения санитарно-просветительской работы с населением по вопросам профилактической медицины; - навыками организации контроля эффективности мероприятий по профилактике, формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению.
<b>ПК-1.1.</b> Проводит	<b>Знать:</b> особенности составления плана	Не знает: - особенности	Хорошо знает: - особенности

<p>мероприятия по санитарно-гигиеническому просвещению населения, информирует население о факторах риска заболеваний, первичной, вторичной и третичной профилактики путем применения СМИ, баннеров, санбюллетеней, памяток и др.</p>	<p>мероприятий по санитарно-гигиеническому просвещению населения.  <b>Уметь:</b> выявлять факторы риска заболеваний.  <b>Владеть:</b> навыками проведения первичной, вторичной и третичной профилактики путем применения СМИ, баннеров, санбюллетеней, памяток и др.</p>	<p>составления плана мероприятий по санитарно-гигиеническому просвещению населения;  - факторы, составляющие ЗОЖ;  - действующие программы по формированию здорового образа жизни, включая программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ.</p>	<p>составления плана мероприятий по санитарно-гигиеническому просвещению населения;  - факторы, составляющие ЗОЖ;  - действующие программы по формированию здорового образа жизни, включая программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ.</p>
<p><b>ПК-1.3.</b>  Оценивает влияние физической активности и других составляющих ЗОЖ на состояние соматического здоровья, физическое развитие и функциональное состояние различных систем организма у пациентов.</p>	<p><b>Знать:</b> факторы, составляющие ЗОЖ.  <b>Уметь:</b> выявлять факторы, оказывающие влияние физической активности и других составляющих ЗОЖ на состояние соматического здоровья, физическое развитие и функциональное состояние различных систем организма у пациентов.  <b>Владеть:</b> навыками оценки влияния физической активности и других составляющих ЗОЖ на состояние соматического здоровья, физическое развитие и функциональное состояние различных систем организма у пациентов.</p>	<p>Не умеет:  - выявлять факторы риска заболеваний;  - выявлять факторы, оказывающие влияние физической активности и других составляющих ЗОЖ на состояние соматического здоровья, физическое развитие и функциональное состояние различных систем организма у пациентов;  - реализовывать комплексные программы по формированию здорового образа жизни, включая программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с</p>	<p>Хорошо умеет:  - выявлять факторы риска заболеваний;  - выявлять факторы, оказывающие влияние физической активности и других составляющих ЗОЖ на состояние соматического здоровья, физическое развитие и функциональное состояние различных систем организма у пациентов;  - реализовывать комплексные программы по формированию здорового образа жизни, включая программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с</p>

		немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ.	немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ.
<b>ПК-1.4.</b> Формирует программы здорового образа жизни, включая программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ.	<b>Знать:</b> действующие программы по формированию здорового образа жизни, включая программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ. <b>Уметь:</b> реализовывать комплексные программы по формированию здорового образа жизни, включая программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ. <b>Владеть:</b> навыками формирования программы по формированию здорового образа жизни, включая программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств	<b>Не владеет:</b> - навыками проведения первичной, вторичной и третичной профилактики путем применения СМИ, баннеров, санбюллетеней, памяток и др; - навыками оценки влияния физической активности и других составляющих ЗОЖ на состояние соматического здоровья, физическое развитие и функциональное состояние различных систем организма у пациентов; - навыками формирования программы по формированию здорового образа жизни, включая программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ.	<b>Хорошо владеет:</b> - навыками проведения первичной, вторичной и третичной профилактики путем применения СМИ, баннеров, санбюллетеней, памяток и др; - навыками оценки влияния физической активности и других составляющих ЗОЖ на состояние соматического здоровья, физическое развитие и функциональное состояние различных систем организма у пациентов; - навыками формирования программы по формированию здорового образа жизни, включая программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ.

	и психотропных веществ.		
--	-------------------------	--	--

4.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценивания результатов обучения по учебной дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций.

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине	Оценочные средства Тесты (Т)
<p><b>ОПК-2.1.</b> Умеет планировать и применять наиболее эффективные методы и средства информирования населения о здоровом образе жизни, повышения его грамотности в вопросах профилактики заболеваний.</p>	<p><b>Знать:</b> формы, методы и средства санитарно-просветительской работы с населением по вопросам профилактической медицины; показатели здоровья населения; факторы, определяющие здоровье детского и взрослого населения.</p> <p><b>Уметь:</b> планировать и проводить санитарно-просветительскую работу с населением по вопросам профилактической медицины; работать с учебной, научной, нормативной и справочной литературой; осуществлять поиск информации для решения профессиональных задач.</p> <p><b>Владеть:</b> навыками формирования здорового образа жизни.</p>	<p>Собеседование, ситуационные задачи, письменное тестирование, домашнее задание.</p>
<p><b>ОПК-2.2.</b> Использует знания по основам профилактической медицины, направленной на укрепление здоровья населения.</p>	<p><b>Знать:</b> основы профилактической медицины.</p> <p><b>Уметь:</b> обучить население самостоятельно разрабатывать системы оздоровления и самосовершенствования.</p> <p><b>Владеть:</b> навыками организации и проведения санитарно-просветительской работы с населением по вопросам профилактической медицины.</p>	<p>Собеседование, ситуационные задачи, письменное тестирование, домашнее задание.</p>
<p><b>ОПК-2.3.</b> Осуществляет контроль эффективности мероприятий по</p>	<p><b>Знать:</b> основы здорового образа жизни; факторы риска</p>	<p>Собеседование, ситуационные</p>

<p>профилактике, формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению.</p>	<p>заболеваний.  <b>Уметь:</b> проводить мероприятия по формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению населения.  <b>Владеть:</b> навыками организации контроля эффективности мероприятий по профилактике, формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению.</p>	<p>задачи, письменное тестирование, домашнее задание.</p>
<p><b>ПК-1.1.</b> Проводит мероприятия по санитарно-гигиеническому просвещению населения, информирует население о факторах риска заболеваний, первичной, вторичной и третичной профилактике путем применения СМИ, баннеров, санбюллетеней, памяток и др.</p>	<p><b>Знать:</b> особенности составления плана мероприятий по санитарно-гигиеническому просвещению населения.  <b>Уметь:</b> выявлять факторы риска заболеваний.  <b>Владеть:</b> навыками проведения первичной, вторичной и третичной профилактики путем применения СМИ, баннеров, санбюллетеней, памяток и др.</p>	<p>Собеседование, ситуационные задачи, письменное тестирование, домашнее задание.</p>
<p><b>ПК-1.3.</b> Оценивает влияние физической активности и других составляющих ЗОЖ на состояние соматического здоровья, физическое развитие и функциональное состояние различных систем организма у пациентов.</p>	<p><b>Знать:</b> факторы, составляющие ЗОЖ.  <b>Уметь:</b> выявлять факторы, оказывающие влияние физической активности и других составляющих ЗОЖ на состояние соматического здоровья, физическое развитие и функциональное состояние различных систем организма у пациентов.  <b>Владеть:</b> навыками оценки влияния физической активности и других составляющих ЗОЖ на состояние соматического здоровья, физическое развитие и функциональное состояние различных систем организма у пациентов.</p>	<p>Собеседование, ситуационные задачи, письменное тестирование, домашнее задание.</p>
<p><b>ПК-1.4.</b> Формирует программы здорового образа жизни, включая программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и</p>	<p><b>Знать:</b> действующие программы по формированию здорового образа жизни, включая программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и</p>	<p>Собеседование, ситуационные задачи, письменное тестирование, домашнее задание.</p>

психотропных веществ.	<p>психотропных веществ.</p> <p><b>Уметь:</b> реализовывать комплексные программы по формированию здорового образа жизни, включая программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ.</p> <p><b>Владеть:</b> навыками формирования программы по формированию здорового образа жизни, включая программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ.</p>	
-----------------------	--	--

## 5. Учебно-методическое обеспечение учебной дисциплины (модуля)

### 5.1. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения учебной дисциплины (модуля)

Гигиенические основы сохранения здоровья	Основная литература	
	Гигиена : учебник / П. И. Мельниченко [и др.] ; под ред. П. И. Мельниченко. - М. : ГЭОТАР-МЕДИА, 2018. - 651 с.	251
	<b>Основы формирования здоровья детей [Текст] : учебник / под редакцией профессора А. С. Калмыковой. - М. : ГЭОТАР-МЕДИА, 2018. - 383,[1] с.</b>	25
	<b>Дополнительная литература</b>	
	Архангельский, В. И. Гигиена и экология человека : учебник / Архангельский В. И. , Кириллов В. Ф. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 176 с. - ISBN 978-5-9704-5260-8. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <a href="https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970452608.html">https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970452608.html</a> (дата обращения: 02.02.2023).	Неограниченный доступ
	Глиненко, В. М. Гигиена и экология человека : учебник / под ред. В. М. Глиненко. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2021.	



	<p>- 256 с. - ISBN 978-5-9704-6241-6. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <a href="https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970462416.html">https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970462416.html</a></p> <p>(дата обращения: 02.02.2023).</p>	
	<p>Гигиенические основы формирования здоровья : в 2 частях : учебно-методическое пособие . - Ч. 1 / У. З. Ахмадуллин, П. А. Мочалкин, Е. Ю. Горбаткова [и др.] ; Министерство здравоохранения Российской Федерации, Баш. гос. мед. ун-т. - Уфа, 2022. - - 2022. -134,[1] с.</p>	20
	<p>Гигиенические основы формирования здоровья : в 2 частях : учебно-методическое пособие . - Ч. 2. / У. З. Ахмадуллин, П. А. Мочалкин, Е. Ю. Горбаткова [и др.] ; Министерство здравоохранения Российской Федерации, Баш. гос. мед. ун-т. - Уфа, 2022 . - - 2022. - 99,[1] с.</p>	20
	<p>Здоровый человек и его окружение. Рабочая тетрадь : учебное пособие для спо / И. Н. Водяникова, О. М. Ахметшина, Р. И. Рагимова, А. Б. Шаяхметова. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 120 с. — ISBN 978-5-8114-7109-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/155674">https://e.lanbook.com/book/155674</a></p> <p>(дата обращения: 02.02.2023).</p>	Неограничен ный доступ
	<p>Методы изучения и оценки физического развития детей и подростков : учебное пособие для внеаудиторной самостоятельной работы / ГБОУ ВПО "Баш. гос. мед. ун-т МЗ РФ" ; сост. Е. А. Поварго [и др.]. - Уфа, 2014. - Текст: электронный // БД «Электронная учебная библиотека». – URL: <a href="http://library.bashgmu.ru/elibdoc/elib561.pdf">http://library.bashgmu.ru/elibdoc/elib561.pdf</a>.</p>	Неограничен ный доступ
	<p>Методы изучения и оценки физического развития детей и подростков : учебное пособие для внеаудиторной самостоятельной работы / ГБОУ ВПО "Баш. гос. мед. ун-т МЗ РФ" ; сост. Е. А. Поварго [и др.]. - Уфа, 2014. - 61,[1] с.</p>	30
	<p>Минх, А. А. Общая гигиена : учебник / А. А. Минх. - стереотип. изд. - М. : Альянс, 2017. - 478,[1] с.</p>	100
	<p>Мисетова, Е. Н. Профилактическая деятельность. Курс лекций : учебное пособие для спо / Е. Н. Мисетова. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 420 с. — ISBN 978-5-8114-7049-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/154387">https://e.lanbook.com/book/154387</a></p> <p>(дата обращения: 02.02.2023).</p>	Неограничен ный доступ
	<p>Морозов, М. А. Здоровый человек и его окружение.</p>	Неограничен

	<p>Здоровьесберегающие технологии : учебное пособие для спо / М. А. Морозов. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 372 с. — ISBN 978-5-8114-8315-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/174994">https://e.lanbook.com/book/174994</a></p> <p>(дата обращения: 02.02.2023).</p>	<p>ный доступ</p>
	<p>Мустафина, И. Г. Гигиена и экология человека. Практикум : учебное пособие для спо / И. Г. Мустафина. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 276 с. — ISBN 978-5-8114-6780-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/152438">https://e.lanbook.com/book/152438</a></p> <p>(дата обращения: 02.02.2023).</p>	<p>Неограничен ный доступ</p>
	<p><b>Овчинников, Б. В.</b> Основы здорового образа жизни для всех [Текст] : к изучению дисциплины / Б. В. Овчинников, И. Ф. Дьяконов, Т. И. Дьяконова. - СПб. : СпецЛит, 2018. - 124,[3] с.</p>	<p>26</p>
	<p>Электронно-библиотечная система «Консультант студента» для ВПО</p>	<p><a href="http://www.studmedlib.ru">www.studmedlib.ru</a></p>
	<p>База данных «Электронная учебная библиотека»</p>	<p><a href="http://library.bashgmu.ru">http://library.bashgmu.ru</a></p>
	<p>База данных электронных журналов ИВИС</p>	<p><a href="https://dlib.eastview.com/">https://dlib.eastview.com/</a></p>
	<p>ЭБС "Букап</p>	<p><a href="https://www.books-up.ru">https://www.books-up.ru</a></p>

## 5.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения учебной дисциплины (модуля)

1. [www.studmedlib.ru](http://www.studmedlib.ru) (Электронно-библиотечная система «Консультант студента»)
2. <http://e.lanbook.com> (Электронно-библиотечная система «Лань»)
3. <http://library.bashgmu.ru> (База данных «Электронная учебная библиотека»)
4. <https://www.books-up.ru> (Электронно-библиотечная система «Букап»)

## 6. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по учебной дисциплине (модуля)

**6.1. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по учебной дисциплине (модуля)**

№ п/п	Наименование вида образования, уровня образования, профессии, специальности, направления подготовки (для профессионального образования), подвида дополнительного образования	Наименование объекта, подтверждающего наличие материально-технического обеспечения, с перечнем основного оборудования	Адрес (местоположение) объекта, подтверждающего наличие материально-технического обеспечения, (с указанием номера такового объекта в соответствии с документами по технической инвентаризации)
1	2	3	4
1	Высшее, специалитет, 31.05.01 Лечебное дело	Учебный корпус №2 ФГБОУ ВО БГМУ Минздрава России, кафедра гигиены с курсом медико-профилактического дела ИДПО <b>Учебная комната №1</b> (для самостоятельной работы) Учебная мебель на 30 рабочих мест. Рабочее место преподавателя (стол, стул). Оборудования: компьютеры, ноутбук, мультимедийный проектор, экран для мультимедиа.	450008, Республика Башкортостан, г. Уфа, ул. Заки Валиди, д. 47
	Высшее, специалитет, 31.05.01 Лечебное дело	<b>Учебная комната №2</b> Учебная мебель на 30 рабочих мест. Рабочее место преподавателя (стол, стул). Оборудования: компьютеры, ноутбук, мультимедийный проектор, экран для мультимедиа.	450008, Республика Башкортостан, г. Уфа, ул. Заки Валиди, д. 47
	Высшее, специалитет, 31.05.01 Лечебное дело	<b>Учебная комната №3</b> Учебная мебель на 30 рабочих мест. Рабочее место преподавателя (стол, стул). Оборудования: компьютеры, ноутбук, мультимедийный проектор, экран для мультимедиа.	450008, Республика Башкортостан, г. Уфа, ул. Заки Валиди, д. 47
	Высшее, специалитет, 31.05.01 Лечебное дело	<b>Учебная комната №4</b> для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, оборудована рабочим местом для	450008, Республика Башкортостан, г. Уфа, ул. Заки Валиди, д. 47

		преподавателя (1 преподавательский стол, 1 стул); рабочими местами для обучающихся (столы ученические 2-х местные – 17 шт.); ноутбуком, мультимедийном проектором с экраном; шкафом для наглядных пособий.	
Высшее, специалитет, 31.05.01 Лечебное дело	<b>Учебная комната №5</b> Учебная мебель на 28 рабочих мест. Рабочее место преподавателя (стол, стул). Оборудования: компьютеры, ноутбук, мультимедийный проектор, экран для мультимедиа.	450008, Республика Башкортостан, г. Уфа, ул. Заки Валиди, д. 47	
Высшее, специалитет, 31.05.01 Лечебное дело	<b>Учебная аудитория № 6,</b> оборудована мультимедийными и иными средствами обучения: ноутбуком, мультимедийном проектором; стол (1), учебные парты (на 30 рабочих мест), стулья, учебная доска; с возможностью подключения к сети «Интернет».	450008, Республика Башкортостан, г. Уфа, ул. Заки Валиди, д. 47	
Высшее, специалитет, 31.05.01 Лечебное дело	<b>Компьютерный класс</b> Компьютерная техника (15 рабочих мест) с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации. Учебная мебель на 14 рабочих мест. Рабочее место преподавателя (стол, стул).15	450008, Республика Башкортостан, г. Уфа, ул. Заки Валиди, д. 47	

## **6.2. Современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы**

1. <http://www.pubmedcentral.nih.gov> - U.S. National Institutes of Health (NIH). Свободный цифровой архив журнальных публикаций по результатам биомедицинских научных исследований.
2. <http://medbiol.ru> - Сайт для образовательных и научных целей.
3. <http://www.biochemistry.org> - Сайт Международного биохимического общества (The International Biochemical Society).
4. <http://www.clinchem.org> - Сайт журнала Clinical Chemistry. Орган Американской ассоциации клинической химии - The American Association for Clinical Chemistry (AACC). (Международное общество, объединяющее специалистов в области медицины, в сферу профессиональных интересов которых входят: клиническая химия, клиническая лабораторная наука и лабораторная медицина).
5. <http://biomolecula.ru/> - биомолекула - сайт, посвящённый молекулярным основам современной биологии и практическим применениям научных достижений в медицине и биотехнологии.
6. <https://www.merlot.org/merlot/index.htm> - MERLOT - Multimedia Educational Resource for Learning and Online Teaching.
7. [www.elibrary.ru](http://www.elibrary.ru) - национальная библиографическая база данных научного цитирования (профессиональная база данных)
8. [www.scopus.com](http://www.scopus.com) - крупнейшая в мире единая реферативная база данных (профессиональная база данных)
9. [www.pubmed.com](http://www.pubmed.com) - англоязычная текстовая база данных медицинских и биологических публикаций (профессиональная база данных).

## **6.3. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства**

№ п/п	Наименование	Описание	Кол-во	Поставщик	Где установлено
	Права на программу для ЭВМ корпоративная лицензия на специальный набор программных продуктов <b>Microsoft Desktop School ALNG LicSAPk OLVS E 1Y AcademicEdition Enterprase</b>	Операционная система Microsoft Windows + офисный пакет Microsoft Office	200	ООО «Софтлайн Трейд»	Кафедры и подразделения Университета
	Права на программу для ЭВМ набор веб-сервисов, предоставляющих доступ к различным программам и услугам на основе платформы Microsoft Office для образования <b>Microsoft Office 365 A5 for faculty - Annually</b>	Организация ВКС Microsoft Teams	25	ООО «Софтлайн Трейд»	Лекционные аудитории Кафедры и подразделения Университета
	Права на программу для ЭВМ система антивирусной защиты персональных компьютеров <b>Dr.Web Desktop Security Suite</b> Комплексная защита + Центр управления	Антивирусная защита (российское ПО)	1750	ООО «Софтлайн Трейд»	Сервера, кафедры и подразделения Университета
	Права на программу для ЭВМ система антивирусной защиты рабочих станций и файловых серверов <b>Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 500-999 Node 1 year Educational Renewal License</b>	Антивирусная защита (российское ПО)	450	ООО «Софтлайн Трейд»	Кафедры и подразделения Университета
	Права на программу для ЭВМ Офисное программное обеспечение <b>МойОфис Стандартный</b>	Офисный пакет (российское ПО)	120	ООО «Софтлайн Трейд»	Кафедры и подразделения Университета
	Права на программу для ЭВМ Операционная система для образовательных учреждений <b>Астра Linux Common Edition</b>	Операционная система (российское ПО)	40	ООО «Софтлайн Трейд»	Кафедры и подразделения Университета
	Права на программу для ЭВМ Система контент-фильтрации <b>SkyDNS</b>	Фильтрация интернет-контента (российское ПО)	1	ООО «Софтлайн Трейд»	Сервер
	Права на программу для ЭВМ Система для организации и проведения веб-конференций, вебинаров, мастер-классов <b>Mirapolis Virtual Room</b>	Организации веб-конференций, вебинаров, мастер-классов	1	ООО «Софтлайн Трейд»	Сервер

		(русское ПО)							
Права на программу для ЭВМ Система дистанционного обучения <b>Русский Moodle 3KL</b>		Учебный портал (в составе ЭИОС БГМУ) (русское ПО)	1		«Софтлайн Трейд»		Хостинг на внешнем ресурсе		
Права на программу для ЭВМ " АИС «БИТ: Управление вузом»"		Электронный деканат (в составе ЭИОС БГМУ) (русское ПО) (русское ПО)	1		Компания «Первый БИТ»		Сервер		
Права на программу для ЭВМ «1С-Битрикс: Внутренний портал учебного заведения» (неогр. кол-во пользователей)		Корпоративный портал (в составе ЭИОС БГМУ) (русское ПО)	1		ООО «ВэбСофт»		Сервер		
Права на программу для ЭВМ «1С-Битрикс: Управление сайтом - Эксперт»		Сайт ОО (в составе ЭИОС БГМУ) (русское ПО)	1		ООО «ВэбСофт»		Хостинг на внешнем ресурсе		
Права на программу для ЭВМ «1С-Битрикс: Сайт учебного заведения»			1		ООО «ВэбСофт»		Хостинг на внешнем ресурсе		
Права на программу для ЭВМ пакет для статистического анализа <b>Statistica Basic Academic for Windows 12 Russian/12 English</b>		Пакет для статистического анализа данных	10		ООО «Софтлайн Трейд»		Кафедра общественного здоровья и организации здравоохранения		
Права на программу для ЭВМ пакет для статистического анализа <b>Statistica Basic Academic for Windows 10 Russian/13 English</b>			11		ООО «Софтлайн Трейд»		Кафедра эпидемиологии – 3 шт., Кафедра патофизиологии – 4 шт., Кафедра эпидемиологии – 3 шт., Кафедра		

				фармакологии – 1 шт.
Права на программу для ЭВМ пакет для статистического анализа <b>Statistica Basic Academic for Windows 13 Russian/13 English</b>		5	ООО «Софтлайн Трейд»	Кафедра нормальной физиологии – 4 шт., Кафедра стоматологии детского возраста и ортодонтии – 1 шт.
Права на программу для ЭВМ пакет для статистического анализа <b>Statistica Basic Academic for Windows 13 Russian/13 English</b>		75	ООО «Софтлайн Трейд»	Кафедра медицинской физики
Права на программу для ЭВМ пакет для статистического анализа <b>Statistica Basic Academic for Windows 13 Russian/13 English (сетевая)</b>		50	ООО «Софтлайн Трейд»	Сервер