


Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Шуматов Валентин Борисович
Должность: Ректор
Дата подписания: 12.01.2024 10:17:06
Уникальный программный ключ:
1cef78fd73d75dc0677fe1b946a767a1965065d1784e0191f8e794b4

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тихоокеанский государственный медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

«УТВЕРЖДАЮ»
Первый проректор

/Гранковская Л.В./
«16» января 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.02. Физиологические основы здоровья

(наименование дисциплины)

Направление подготовки (специальность)	30.05.01. Медицинская биохимия
Уровень подготовки	специалитет
Направленность подготовки	02 Здравоохранение
Форма обучения	очная
Срок освоения ООП	6 лет
Кафедра нормальной и патологической физиологии	

При разработке рабочей программы дисциплины **Б1.В.02 Физиологические основы здоровья** в основу положены:

1) ФГОС ВО по направлению подготовки специальности **30.05.01. Медицинская биохимия** утвержденный Министерством высшего образования и науки Российской Федерации № 998 « 13 » 08 2020 г.

2) Учебный план **30.05.01 Медицинская биохимия**, утвержденный ученым советом ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России «02» мая 2023 г., Протокол № 9.

Рабочая программа дисциплины **Б1.В.02 Физиологические основы здоровья** разработана авторским коллективом кафедры нормальной и патологической физиологии ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России, под руководством заведующего кафедрой профессора доктора медицинских наук Маркеловой Е.В.

Разработчики:

<hr/> <p>доцент</p> <hr/> <p>(занимаемая должность)</p>	<hr/> <p>к.м.н., доцент</p> <hr/> <p>(ученая степень, ученое звание)</p>	<hr/> <p>Климкина Т.Н.</p> <hr/> <p>(Ф.И.О.)</p>
<hr/> <p>(занимаемая должность)</p>	<hr/> <p>к.м.н., доцент</p> <hr/> <p>(ученая степень, ученое звание)</p>	<hr/> <p>Сидорова О.Н.</p> <hr/> <p>(Ф.И.О.)</p>

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Цель и задачи освоения дисциплины физиологические основы здоровья

Целью освоения дисциплины **Б1.В.02 Физиологические основы здоровья** направленной на создание условий для сохранения здоровья, обеспечения профилактики и диагностики заболеваний; в сфере профессиональной деятельности врач-биохимик подготовка выпускника со сформированным набором универсальных компетенций.

Задачи освоения дисциплины **Б1.В.02 Физиологические основы здоровья** являются

1- медицинская

2- организационно-управленческая

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ Физиологические основы здоровья В СТРУКТУРЕ ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина **Б1.В.02 Физиологические основы здоровья** относится к вариативной части высшего образования по направлению подготовки 30.05.01. Медицинская биохимия; направленности 02 Здравоохранение в сфере клинической лабораторной диагностики, направленной на создание условий для сохранения здоровья, обеспечения профилактики, диагностики и лечения заболеваний. **Б1.В.02** (уровень специалитета) и изучается в семестре - 8.

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

«физиологические основы здоровья».

3.1. Освоение дисциплины **Б1.В.02 физиологические основы здоровья** направлено на формирование у обучающихся компетенций. Дисциплина **Б1.В.02 физиологические основы здоровья** обеспечивает формирование у обучающихся компетенций, в зависимости от типов задач профессиональной деятельности.

Наименование категории универсальных компетенций	Код и наименование универсальной компетенции	Индикаторы достижения универсальной компетенции
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе, здоровьесбережение)	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ИДК.УК-7 ₁ - определяет должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности ИДК.УК-7 ₂ - планирует виды деятельности и их продолжительность на основе здоровьесберегающей концепции

4. ОБЪЕМ И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

«физиологические основы здоровья».

4.1. Объем дисциплины **физиологические основы здоровья** и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр	
		№ 8	
1	2	4	
Аудиторные занятия (всего), в том числе:	92	92	
Лекции (Л)	28	28	
Практические занятия (ПЗ),	64	64	
Семинары (С)			
Лабораторные работы (ЛР)			
Самостоятельная работа обучающегося (СР), в том числе:	52	52	
<i>Электронный образовательный ресурс (ЭОР)</i>			
<i>История болезни (ИБ)</i>			
<i>Курсовая работа (КР)</i>			
<i>Реферат</i>	8	8	
<i>Подготовка презентаций (ПП)</i>	15	15	
<i>Подготовка к занятиям (ПЗ)</i>	15	15	
<i>Подготовка к текущему контролю (ПТК)</i>	10	10	
<i>Подготовка к промежуточному контролю (ППК)</i>	4	4	
Вид промежуточной аттестации	зачет (З)	зачёт	зачёт
	экзамен (Э)		
ИТОГО: Общая трудоемкость	час.	144	144
	ЗЕТ	43Е	43Е

4.2. Содержание дисциплины

4.2.1. Темы лекций и количество часов по семестрам изучения дисциплины «физиологические основы здоровья»

3.2.3. Название тем лекций и количество часов по семестрам изучения дисциплины (модуля) **Б1.В.03 физиологические основы здоровья**

№	Название тем лекций дисциплины (модуля)	Часы
1	2	3
№ семестра 8		

1.	Введение в дисциплину «Физиологические основы здоровья». Репродуктивное здоровье	2
2.	Двигательная активность и здоровье.	2
3.	Физиологические особенности детей и подростков	2
4.	Основы рационального питания.	2
5.	Иммунитет и здоровье. Валеологические основы закаливания.	2
6.	Психологические основы здоровья.	2
7.	Индивидуально – типологические особенности личности и здоровье.	2
8.	Адаптация организма и здоровье	2
9.	Сон и сновидения, как показатель психического здоровья	
10.	Современное представление о стрессе. Метод активационной профилактики и терапии	2
11.	Рациональная организация жизнедеятельности.	2
12.	Вредные привычки и здоровый образ жизни.	2
13.	Основы хронофизиологии, биологические ритмы и здоровье	2
14.	Современные представления о разнообразии сенсорных систем	2
	Итого часов в семестре	28

4.2.2. Темы практических занятий и количество часов по семестрам изучения дисциплины **Б1.В.О3 физиологические основы здоровья**

№	Название тем практических занятий дисциплины (модуля)	Часы
1	2	3
№ семестра 8		
1	Медико-биологические и социальные аспекты здоровья. Диагностика здоровья.	4
2	Биология индивидуального развития как фактор формирования здоровья личности. Возрастные особенности детей и подростков	4
3	ЦНС – основная регулирующая система человека. Двигательная активность и здоровье.	4
4.	Эндокринная система человека и здоровье. Репродуктивное здоровье и основы полового воспитания.	4
5.	Основы рационального питания.	4
6.	Роль сенсорных систем в познании мира и формировании здоровья.	4
7.	Физиология высшей нервной деятельности. Речь и мышление, память, внимание, эмоции	4
8.	Сон и сновидения, как компонент психического здоровья.	4
9.	Методы и приёмы оценки психического здоровья. Принципы тренировки психических возможностей.	4
10.	Современное представление о стрессе. Метод активационной профилактики и терапии.	4
11.	Адаптация и здоровье.	4
12.	Иммунитет и здоровье. Понятие о простудных и простудно – инфекционных заболеваниях.	4
13.	Биологические ритмы и здоровье.	4
14.	Общие закономерности физиологии трудовой деятельности.	4
15.	Вредные привычки и здоровье. Средства и методы оздоровления.	4

12.	Итоговое по модулю	2
13.	Подведение итогов	2
	Итого часов в семестре	64

4.2.3. Самостоятельная работа обучающегося

№ п/п	Учебная дисциплина: «физиологические основы здоровья»	Виды СР	Всего часов
1	3	4	5
№ семестра 8			
1	Соматическое здоровье	Схемы, таблицы	18
2	Психическое здоровье	Схемы, таблицы	17
3	Рациональная организация жизнедеятельности	Схемы, таблицы	17
Итого часов в семестре			52

5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

«физиологические основы здоровья».

5.1. учебно-методическое и информационное обеспечение учебной дисциплины

Основная литература

п/№	Наименование, тип ресурса	Автор(ы) /редактор	Выходные данные, электронный адрес	Кол-во экз. (доступов) в БИЦ
1	2	3	4	5
1	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	Мисюк, М. Н.	2-е изд., испр. и доп. - М.: Юрайт, 2012. - 431, [1] с.	10
2	Валеология: учебник для вузов / Э. Н. Вайнер. – 9-е изд.	Вайнер, Э. Н.	М.: Флинта; Наука, 2011. – 448 с.	–(ЭБС).ед.д.
3	Физиология: учебник	под ред. В.М. Смирнова	- М.: ООО «Медицинское информационное агентство»2016.- 576с.:ил.	50

5.2. Дополнительная литература

п/ №	Наименование, тип ресурса	Автор(ы) /редактор	Выходные данные, электронный адрес	Кол-во экз. (доступов) в БИЦ
1	2	3	4	5
1	Валеология. Учебное пособие [Электронный ресурс]	Мархоцкий, Я. Л.	Минск: Вышэйшая школа, 2010. - 288 с. -	Режим доступа: http://www.biblioclub.ru . Ед.д
2	Здоровый образ жизни: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений	А.М. Митяева	М.: Издательский центр "Академия"2008	10
3	Определение биологического возраста человека методом В.П. Войтенко	Маркина Л.Д.	2003, Владивосток: Изд-во ДВГУ	10
4	Ситуационные задачи по нормальной физиологии	Маркина Л.Д.	2005, Медицина ДВ	10

3.5.3 Интернет - ресурсы.

1. ЭБС «Консультант студента» <http://studmedlib.ru>
2. ЭБС «Университетская библиотека online» <http://www.biblioclub.ru/>
3. ЭБС «Юрайт» <http://www.biblio-online.ru;>
4. Электронные каталоги библиотеки ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России ТГМУ <http://lib.vgmu.ru/catalog/>
5. Медицинская литература <http://www.medbook.net.ru/>
6. **программное обеспечение** - в том числе:

- Обучающая ЭП LuPra Fi-Sim «Виртуальная физиология»;

- Интернет ресурсы, отвечающие тематике дисциплины:

<http://medbookaide.ru/books/fold9001/book2008/content.php> - Валеология. Учебник для вузов.



5.2. Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины Б1.В.02 физиологические основы здоровья

Использование лабораторий – 1; лабораторного и инструментального оборудования – по всем модулям дисциплины, учебных комнат для работ студентов – 4.

Информация о материально-техническом обеспечении дисциплины размещена на странице официального сайта университета Материально – техническое обеспечение и оснащенность образовательного процесса.



5.3. Перечень информационных технологий, используемых для осуществления образовательного процесса по дисциплине Б1.В.02 физиологические основы здоровья, информационно-справочных систем, лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства:

1. Polycom Telepresence M100 Desktop Conferencing Application (ВКС)
2. SunRav Software tTester
3. 7-PDF Split & Merge
4. ABBYY FineReader
5. Kaspersky Endpoint Security
6. Система онлайн-тестирования INDIGO
7. Microsoft Windows 7
8. Microsoft Office Pro Plus 2013
9. ИС:Университет
10. Гарант
11. MOODLE (модульная объектно-ориентированная динамическая учебная среда)

6. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ И ИНВАЛИДОВ Б1.В.02 физиологические основы здоровья

6.1.Наличие соответствующих условий реализации дисциплины

Для обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) на основании письменного заявления дисциплина реализуется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состоянии здоровья. Обеспечивается соблюдение следующих общих требований: использование специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающую такому обучающемуся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здание и помещения, где проходят занятия, другие условия, без которых невозможно или затруднено изучение дисциплины.

6.2.Обеспечение соблюдения общих требований

При реализации дисциплины **Б1.В.02 физиологические основы здоровья** на основании письменного заявления обучающегося обеспечивается соблюдение следующих общих требований: проведение занятий для обучающихся – инвалидов и лиц с ОВЗ в одной аудитории совместно с обучающимися, не имеющими ограниченных возможностей здоровья, если это не создает трудностей обучающимся; присутствие в аудитории ассистента, оказывающего техническую помощь с учетом их индивидуальных особенностей; пользование необходимыми обучающимися техническими средствами с учетом их индивидуальных особенностей.

6.3.Доведение до сведения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья доступной форме всех локальных нормативных актов ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России
Все локальные нормативные акты ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России по вопросам реализации дисциплины **Б1.В.02 физиологические основы здоровья** доводятся до сведения обучающихся с ОВЗ в доступной для них форме.

6.4.Реализация увеличения продолжительности прохождения промежуточно й аттестации по отношению к установленной продолжительности для обучающегося с ограниченными возможностями здоровья

Форма проведения текущей и промежуточной аттестации по дисциплине для обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). Продолжительность прохождения

промежуточной аттестации по отношению к установленной продолжительности увеличивается по письменному заявлению обучающегося с ограниченными возможностями здоровья. Продолжительность подготовки обучающегося к ответу на зачете увеличивается не менее чем на 0,5 часа.

7. КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.02 физиологические основы здоровья

Состав научно – педагогических работников, обеспечивающих осуществление образовательного процесса по дисциплине соответствует требованиям ФГОС ВО по специальности врач – биохимик и размещен на сайте образовательной организации.



8. ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА ПРИ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.02 Физиологические основы здоровья

Вид воспитательной работы	Формы и направления воспитательной работы	Критерии оценки
Помощь в развитии личности	Открытые : Участие в мероприятиях по пропаганде здорового образа жизни ,диспуты, мастер-классы, олимпиады по здоровому образу жизни, физиологии профессиональные мероприятия (волонтеры, организаторы, администраторы, работа в СНО)	Портфолио Отражение в рейтинге
	Скрытые – создание атмосферы, инфраструктуры, воспитание и поддержка личностного роста студента через предмет, самоконтроль и ответственное отношение к учёбе и предмету.	
Гражданские ценности	Открытые – проведение конференций по вкладу отечественных учёных в развитии медицины и физиологии. Актуальные короткие диспуты при наличии особенных событий.	Портфолио
	Скрытые – развитие социально- значимых качеств личности и самостоятельного опыта в общественной деятельности в процессе учебного процесса акцентируя внимание на вклад отечественных учёных	
Социальные ценности	Открытые – вопросы деонтологии и этики в процессе формирования компетенций, работа в коллективе, освещение вопросов , посвященных организации здорового образа жизни на основе берегающих технологий.	Портфолио