ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00A2C30F99EF9D0306EA3C0F012BEB925E
Владелец: Чанкаев Мурат Хасанович
Действителен: с 02.04.2026 до 26.06.2027

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

«КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ У.Д. АЛИЕВА»

Факультет физической культуры
Кафедра ТОФК и туризма

УТВЕРЖДАЮ
И. о. проректора по УР
М. Х. Чанкаев
«29»апреля 2026г., протокол № 7

Рабочая программа дисциплины

ГИГИЕНА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА

(Наименование дисциплины (модуля)

Направление подготовки

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

(шифр, название направления)

Направленность (профиль) подготовки

"Физическая культура; безопасность жизнедеятельности"

Квалификация выпускника

Бакалавр

Форма обучения

Очная/заочная

Год начала подготовки - 2025

(по учебному плану)

Карачаевск 2026

Составитель: Батчаева К.Х.-Д.

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22 февраля 2018г. № 125, основной профессиональной образовательной программой высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), направленность (профиль) Физическая культура; безопасность жизнедеятельности; ОП ВО, локальными актами КЧГУ

Рабочая программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры ТОФК и туризма на 2026-2027 уч. год,_ Протокол №7 от 28.04.2026 г.

Зав. кафедрой канд. пед. наук Джирикова Ф.Д.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Наименование дисциплины (модуля)....4
2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы....5
3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы....6
4. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся....7
5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий....7
5.1 разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах)....7
5.2. Тематика и краткое содержание лабораторных занятий....13
5.3. Примерная тематика курсовых работ....13
5.4. Самостоятельная работа и контроль успеваемости....13
5.2. Виды занятий и их содержание....14
7. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)....16
7.1. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания....16
7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы....19
7.2.1. Типовые темы к письменным работам, докладам и выступлениям:....19
7.2.2. Примерные вопросы к итоговой аттестации (экзамен)....20
7.2.3. Тестовые задания для проверки знаний студентов....22
7.2.4. Бально-рейтинговая система оценки знаний бакалавров....38
8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)....39
. Методические указания для обучающихся по освоению учебной дисциплины (модуля) 40
10. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины (модуля)....40
11.Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья....42
12. Лист регистрации изменений....**Ошибка! Закладка не определена.**

1. Наименование дисциплины (модуля)
Гигиена физического воспитания и спорта

Целью формирование у студентов компетенций в области знаний по гигиене физического воспитания и спорта, исследовательских и практических умений по профилактике различных заболеваний при организации физического воспитания различных групп населения и тренировочного процесса в отдельных видах спорта, овладение практическими навыками формирования здорового образа жизни на основе современных гигиенических принципов и норм.

Для достижения цели ставятся задачи:

- ознакомить студентов и научными основами общей гигиены и гигиены физической культуры и спорта;

– ознакомить студентов с основами гигиенического нормирования факторов физического воспитания и спорта;

– ознакомить студентов с гигиеническими принципами и методиками повышения общей неспецифической резистентности организма в процессе занятий массой физической культуры;

– овладение студентами научными знаниями и практическими навыками комплексного применения различных гигиенических факторов для сохранения и укрепления здоровья населения страны;

– формирования здорового образа жизни среди различных контингентов населения;

– целенаправленное использование различных гигиенических факторов для повышения оздоровительного эффекта занятий физическими упражнениями и достижения высоких спортивных результатов.

– Понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;

знание научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;

– физическое самосовершенствование самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;

– овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

–основные положения общей гигиены, и гигиены физической культуры и спорта;

– гигиеническое значение воздушной среды, воды, почвы;

– основные положения гигиены физической культуры и спорта;

– гигиенические требования к устройству основных спортивно-оздоровительных сооружений и оборудования;

– принципы гигиенического нормирования физических нагрузок при занятиях физической культурой и спортом;

– основы гигиенического обеспечения процесса физического воспитания в школе, спортивных тренировок, занятий оздоровительной физической культурой.

– основы рационального питания при занятиях физической культурой и спортом;

– требования личной гигиены;

– гигиенические основы закаливания

Уметь:

– использовать знания, полученные при изучении дисциплины, в практической деятельности по повышению информированности в вопросах здоровья, формированию здорового образа жизни и оздоровлению различных контингентов населения средствами физической культуры и спорта;
– формировать осознанное использование средств физической культуры как фактора восстановления работоспособности, обеспечения активного долголетия;
– применять знания в области санитарного законодательства и нормативно-правовые документы (СанПиН) в педагогической, тренерской; рекреационной; организационно-управленческой деятельности;
– использовать гигиенические принципы нормирования нагрузок при разработке учебных планов и программ, проведении учебных занятий по физической культуре и спортивных тренировок в различных образовательных учреждениях, в сфере детско-юношеского спорта, при работе со спортсменами массовых разрядов, в рекреационной деятельности;
– оценивать физические способности и функциональное состояние обучающихся, адекватно выбирать средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей;
– оценивать правильность и адекватность питания лиц, занимающихся физической культурой и спортом, давать рекомендации по оптимизации питания;
– проводить профилактику травматизма во время занятий физической культурой и спортом путем неукоснительного соблюдения санитарно-гигиенических правил и норм.

Владеть:

– навыками просветительской работы по вопросам здоровья и здорового образа жизни;
– способами гигиенической оценки условий и организации проведения занятий по физической культуре, тренировок и соревнований;
– технологиями физиолого-гигиенического контроля состояния занимающихся;
– технологиями проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий с учетом гигиенических требований;
– методами и средствами сбора, обобщения и использования информации об уровне гигиенической культуры различных контингентов, занимающихся физической культурой и спортом.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «Гигиена физического воспитания и спорта» (Б1.В.08) относится к части, формируемой участниками образовательных отношений.

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОП ВО	
Индекс	Б1.В.08
Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
Для успешного освоения дисциплины гигиена физического воспитания и спорта студент должен иметь базовую подготовку по анатомии человека, биохимии человека, физиология человека. Дисциплина «Гигиена физического воспитания и спорта» является предшествующей для освоения дисциплины «Лечебная физическая культура». Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины «Гигиенические основы физкультурно- спортивной деятельности».	
Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	
В результате освоения дисциплины студенты получают дополнительные медико- биологические знания, повышают общетеоретический кругозор и педагогическое мастерство, практиче-	

ские навыки, что позволит рационально использовать их в последующей трудовой деятельности. Процесс изучения дисциплины «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности» направлен на формирование следующих компетенций:

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

Код компетенций	Содержание компетенции в соответствии с ФГОС ВО/ ПООП/ ООП	Индикаторы достижения компетенций	Декомпозиция компетенций (результаты обучения) в соответствии с установленными индикаторами
УК-1	Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	УК.Б-1.1 анализирует задачу и её базовые составляющие в соответствии с заданными требованиями УК.Б-1.2 осуществляет поиск информации, интерпретирует и ранжирует её для решения поставленной задачи по различным типам запросов УК.Б-1.3 при обработке информации отличает факты от мнений, интерпретаций, оценок, формирует собственные мнения и суждения, аргументирует свои выводы и точку зрения УК.Б-1.4 выбирает методы и средства решения задачи и анализирует методологические проблемы, возникающие при решении задачи УК.Б-1.5 рассматривает и предлагает возможные варианты решения поставленной задачи, оценивая их достоинства и недостатки	**Знать**: - механизмы и методики поиска, анализа и синтеза информации, включающие системный подход в области образования **Уметь:** -анализировать задачу, выделять ее базовые составляющие, осуществлять декомпозицию задачи **Владеть:** -методами установления причинно-следственных связей и определения наиболее значимых среди них
ПК-3	способен осуществлять обучение учебному предмету, включая мотивацию учебно-познавательной деятельности на основе использования современных предметно-методических подходов и образовательных технологий	ПК 3.1 выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности ПК.-3..2 планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности ПК-3.3 соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях в профессиональной деятельности	**Знать:** Проектирует результаты обучения в соответствии Нормативными документами в сфере образования, возрастными особенностями обучающихся, дидактическими задачами учебного занятия. **Уметь**: Осуществляет отбор предметного содержания, приемов и технологий, В том числе информационных, обучения предмету, организационных форм учебных занятий, средств диагностики в соответствии с планируемыми результатами обучения. **Владеть:** Формирует познавательную Мотивацию обучающихся к предмету в рамках урочной и внеурочной деятельности

4.

Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость (объем) дисциплины (модуля) составляет: **3 ЗЕТ, 108 академических часа.**

Объём дисциплины	Всего часов	
	для очной формы	для заочной формы обуче-
Общая трудоемкость дисциплины	108	108
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) * (всего)		
Аудиторная работа (всего):	48	6
лекции	16	2
семинары, практические занятия	16	4
практикумы	Не предусмотрено	
лабораторные работы	16	
Внеаудиторная работа:		
консультация перед зачетом		
Внеаудиторная работа также включает индивидуальную работу обучающихся с преподавателем, групповые, индивидуальные консультации и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем), творческую работу (эссе), рефераты, контрольные работы и др.		
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	60	94
Контроль самостоятельной работы		8
Вид промежуточной аттестации обучающегося (зачет / экзамен)	экзамен	экзамен

5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

5.1 разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах)

ДЛЯ ОЧНОЙ ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Раздел дисциплины	Всего в часах	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)					
			Аудиторные уч. занятия			Сам.р.	Планируемые результаты обучения	Формы текущего контроля
			Лек	Пр.	Лаб .р.			
	Гигиена как наука							

1	Гигиена как отрасль медицинской науки	6	2			4	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Доклад
2	Понятие о гигиене. Ее роль в оздоровлении населения.	6		2		4	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Реферат Творческое задание
3	Основы обшей гигиены. Предмет, задачи и методы гигиены.	2	2				**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Дискуссия Тестирование
4	История развития гигиены Краткие исторические данные о возникновении и развитии гигиены	6		2		4	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Опрос Тестирование
5	Роль отечественных ученых в развитии гигиены как науки.	2	2				**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Письменные работы Тестирование
6	Гигиенические принципы закаливания	6		2		4	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Доклад
7	Микроклимат. Факторы обитаемости.	2	2				**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Реферат Творческое задание
8	Химический состав воздушной среды	6		2		4	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Дискуссия Тестирование
9	Отопление, вентиляция и кондиционирование спортивных сооружений	6			2	4	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Опрос Тестирование
10	Освещение спортивных сооружений	2		2			**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Письменные работы Тестирование

11	Водный фактор в укреплении здоровья и повышении работоспособности спортсменов	6	2			4	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Доклад
12	Гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности	2		2			**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Реферат Творческое задание
13	Гигиена питания	6	2			4	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Дискуссия Тестирование
14	Научные принципы формирования рационов спортсменов	2			2		**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Опрос Тестирование
15	Применение в спортивной практике витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок	6			2	4	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Письменные работы Тестирование
16	Охрана здоровья детей и подростков. Возрастная гигиена	2	2				**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Доклад
17	Физическое развитие детей и подростков	6			2	4	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Реферат Творческое задание
18	Биологический возраст. Методы оценки	6		2		4	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Дискуссия Тестирование
19	Санитарно-гигиеническое обеспечение жизнедеятельности детей и подростков при проведении занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности	2			2		**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Опрос Тестирование
20	Использование естественных сил природы для закаливания организма детей и подростков	2			2		**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Письменные работы Тестирование

21	Физкультурно-оздоровительная работа со школьниками	6	2			4	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Доклад
22	Гигиена людей зрелого возраста	2			2		**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Реферат Творческое задание
23	Гигиеническая характеристика основных форм занятий физическими упражнениями для лиц среднего и пожилого возраста	2			2		**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Дискуссия Тестирование
24	Разработка комплекса упражнений для гигиенической гимнастики для лиц среднего и пожилого возраста	4				4	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Опрос Тестирование
25	Профилактика заболеваний на производстве, формы физической культуры	2		2			**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Письменные работы Тестирование
26	Основные гигиенические требования к организации и проведению тренировочного процесса и соревнований	4				4	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Доклад
27	Создание оптимальных социально-гигиенических условий микросреды для спортсменов. Психогигиена	4				4	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Реферат Творческое задание
	Всего	**108**	**16**	**16**	**16**	**60**		

ДЛЯ ЗАОЧНОЙ ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Раздел дисциплины	Всего в часах	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)					
			Аудиторные уч. занятия			Сам.р.	Планируемые результаты обучения	Формы текущего контроля
			Лек	Пр.	Лаб.р			
1	Гигиена как отрасль медицинской науки	2	2				**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Доклад

2	Понятие о гигиене. Ее роль в оздоровлении населения.	2				2	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Реферат Творческое задание
3	Основы обшей гигиены. Предмет, задачи и методы гигиены.	2				2	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Дискуссия Тестирование
4	История развития гигиены Краткие исторические данные о возникновении и развитии гигиены	2				2	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Опрос Тестирование
5	Гигиена одежды и обуви	2				2	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Письменные работы Тестирование
6	Гигиенические принципы закаливания	2		2			**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Доклад
7	Микроклимат. Факторы обитаемости.	2				2	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Реферат Творческое задание
8	Химический состав воздушной среды	2				2	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Дискуссия Тестирование
9	Отопление, вентиляция и кондиционирование спортивных сооружений	2				2	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Опрос Тестирование
10	Освещение спортивных сооружений	2				2	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Письменные работы Тестирование
11	Водный фактор в укреплении здоровья и повышении работоспособности спортсменов	2				2	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Доклад
12	Гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности	4		2		2	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Реферат Творческое задание

13	Гигиена питания	4				4	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Дискуссия Тестирование
14	Научные принципы формирования рационов спортсменов	4				4	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Опрос Тестирование
15	Применение в спортивной практике витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок	6				6	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Письменные работы Тестирование
16	Охрана здоровья детей и подростков. Возрастная гигиена	4				4	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Доклад
17	Физическое развитие детей и подростков	6				6	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Реферат Творческое задание
18	Биологический возраст. Методы оценки	6				6	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Дискуссия Тестирование
19	Санитарно-гигиеническое обеспечение жизнедеятельности детей и подростков при проведении занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности	6				6	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Опрос Тестирование
20	Использование естественных сил природы для закаливания организма детей и подростков	6				6	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Письменные работы Тестирование
21	Физкультурно-оздоровительная работа со школьниками	4				4	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Доклад
22	Гигиена людей зрелого возраста	4				4	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Реферат Творческое задание
23	Гигиеническая характеристика основных форм занятий физическими упражнениями для лиц среднего и пожилого возраста	4				4	**УК-1; УК-7; ОПК-7**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Дискуссия Тестирование

24	Разработка комплекса упражнений для гигиенической гимнастики для лиц среднего и пожилого возраста	2				2	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Опрос Тестирование
25	Профилактика заболеваний на производстве, формы физической культуры	6				6	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Письменные работы Тестирование
26	Основные гигиенические требования к организации и проведению тренировочного процесса и соревнований	6				6	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Доклад
27	Создание оптимальных социально-гигиенических условий микросреды для спортсменов. Психогигиена	6				6	**УК-1; ПК-3**	Устное изложение лекции преподавателем Эссе Реферат Творческое задание
	Всего	**108**	**2**	**4**		**94+8 контроль**		

5.2. Тематика и краткое содержание лабораторных занятий
Учебным планом не предусмотрены

5.3. Примерная тематика курсовых работ
Учебным планом не предусмотрены

5.4. Самостоятельная работа и контроль успеваемости

В рамках указанного в учебном плане объема самостоятельной работы по данной дисциплине (в часах) предусматривается выполнение следующих видов учебной деятельности:

Вид самостоятельной работы	Примерная трудоемкость	
Проработка учебного материала занятий лекционного и семинарского типа	6	12
Опережающая самостоятельная работа (изучение нового материала до его изложения на занятиях)	8	12
Самостоятельное изучение отдельных вопросов тем дисциплины, не рассматриваемых на занятиях лекционного и семинарского типа	8	12
Подготовка к текущему контролю	8	12
Поиск, изучение и презентация информации по заданной теме, анализ научных источников по заданной проблеме	8	14
Решение задач,	8	14

Подготовка к промежуточной аттестации	8	14
Итого СРО	54	90

5.2. Виды занятий и их содержание

5.2.1. Тематика и краткое содержание лекционных занятий

Тема 1. Гигиена как отрасль медицинской науки

1. Профилактическая медицина или “гигиена”
2. Профилактическая медицина
3. Общественная профилактика
4. Личная профилактика
5. Первичная профилактика
6. Основная задача изучения гигиены будущими врачами

Тема 2. Понятие о гигиене. Ее роль в оздоровлении населения.

1. Факторы, влияющие на здоровье населения.
2. медицинская экология и экопатология населения

Тема 3. Основы общей гигиены. Предмет, задачи и методы гигиены.

1. Понятие о гигиене как медицинской науке
2. Гигиеническая классификация факторов окружающей среды, действующих на человека:
3. Научно-обоснованное прогнозирование санитарной ситуации в конкретном регионе или стране на ближайшую и отдаленную перспективу на основе многофакторного математического моделирования

Тема 4. История развития гигиены Краткие исторические данные о возникновении и развитии гигиены

1. эмпирическая гигиена (опытная гигиена)
2. период научно-экспериментальной гигиены
3. Краткая историческая справка о кафедре общей гигиены Крымского медуниверситета (ныне – Медакадемии) (была образована в 1932 году).

Тема 5. Гигиена одежды и обуви

1. Гигиенические требования к одежде и обуви
2. Основные требования для поддержания гигиены обуви
3. Нормативы и комплекс мер

Тема 6. Гигиенические принципы закаливания

1. Мотивационная характеристика темы
2. Закаливание, его значение и действие на организм детей и подростков.
3. Физиологическая сущность закаливания.
4. Основные принципы проведения закаливающих процедур.
5. Средства и формы закаливания (воздухом, водой, солнечными лучами)
6. Методики определения степени закаленности растущего организма.

Тема 7. Микроклимат. Факторы обитаемости.

1.Классификация факторов обитаемости

2.Гигиеническое значение микроклимата

Тема 8. Химический состав воздушной среды

1. Химический состав воздушной среды и его гигиеническое значение

При проведении учебных занятий по дисциплине используются традиционные и инновационные, в том числе информационные образовательные технологии, включая при необходимости применение активных и интерактивных методов обучения.

Традиционные образовательные технологии реализуются, преимущественно, в процессе лекционных и практических (семинарских, лабораторных) занятий. Инновационные образовательные технологии используются в процессе аудиторных занятий и самостоятельной работы студентов в виде применения активных и интерактивных методов обучения.

Информационные образовательные технологии реализуются в процессе использования электронно-библиотечных систем, электронных образовательных ресурсов и элементов электронного обучения в электронной информационно-образовательной среде для активизации учебного процесса и самостоятельной работы студентов.

Развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений и лидерских качеств при проведении учебных занятий.

Практические (семинарские занятия относятся к интерактивным методам обучения и обладают значительными преимуществами по сравнению с традиционными методами обучения, главным недостатком которых является известная изначальная пассивность субъекта и объекта обучения.

Практические занятия могут проводиться в форме групповой дискуссии, «мозговой атаки», разборка кейсов, решения практических задач и др. Прежде, чем дать группе информацию, важно подготовить участников, активизировать их ментальные процессы, включить их внимание, развивать кооперацию и сотрудничество при принятии решений.

Методические рекомендации по проведению различных видов практических (семинарских) занятий.

1. Обсуждение в группах

Групповое обсуждение какого-либо вопроса направлено на нахождении истины или достижение лучшего взаимопонимания, Групповые обсуждения способствуют лучшему усвоению изучаемого материала.

На первом этапе группового обсуждения перед обучающимися ставится проблема, выделяется определенное время, в течение которого обучающиеся должны подготовить аргументированный развернутый ответ.

Преподаватель может устанавливать определенные правила проведения группового обсуждения:

-задавать определенные рамки обсуждения (например, указать не менее 5…. 10 ошибок);

-ввести алгоритм выработки общего мнения (решения);

-назначить модератора (ведущего), руководящего ходом группового обсуждения.

На втором этапе группового обсуждения вырабатывается групповое решение совместно с преподавателем (арбитром).

Разновидностью группового обсуждения является круглый стол, который проводится с целью поделиться проблемами, собственным видением вопроса, познакомиться с опытом, достижениями.

2. Публичная презентация проекта

Презентация – самый эффективный способ донесения важной информации как в разговоре «один на один», так и при публичных выступлениях. Слайд-презентации с использованием мультимедийного оборудования позволяют эффективно и наглядно представить содержание изучаемого материала, выделить и проиллюстрировать сообщение, которое несет поучительную информацию, показать ее ключевые содержательные пункты. Использование интерактивных элементов позволяет усилить эффективность публичных выступлений.

3. Дискуссия

Как интерактивный метод обучения означает исследование или разбор. Образовательной дискуссией называется целенаправленное, коллективное обсуждение конкретной проблемы (ситуации), сопровождающейся обменом идеями, опытом, суждениями, мнениями в составе группы обучающихся.

Как правило, дискуссия обычно проходит три стадии: ориентация, оценка и консолидация. Последовательное рассмотрение каждой стадии позволяет выделить следующие их особенности.

Стадия ориентации предполагает адаптацию участников дискуссии к самой проблеме, друг другу, что позволяет сформулировать проблему, цели дискуссии; установить правила, регламент дискуссии.

В стадии оценки происходит выступление участников дискуссии, их ответы на возникающие вопросы, сбор максимального объема идей (знаний), предложений, пресечение преподавателем (арбитром) личных амбиций отклонений от темы дискуссии.

Стадия консолидации заключается в анализе результатов дискуссии, согласовании мнений и позиций, совместном формулировании решений и их принятии.

В зависимости от целей и задач занятия, возможно, использовать следующие виды дискуссий: классические дебаты, экспресс-дискуссия, текстовая дискуссия, проблемная дискуссия, ролевая (ситуационная) дискуссия.

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

7.1. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Уровни сформированности компетенций	Индикаторы	Качественные критерии оценивания			
		2 балла	3 балла	4 балла	5 баллов
УК-1					
Базовый	**Знать:** механизмы и методики поиска, анализа и синтеза информации, включающие системный подход в области образования	**Не знает** механизмы и методики поиска, анализа и синтеза информации, включающие системный подход в области образования	**В целом знает** механизмы и методики поиска, анализа и синтеза информации, включающие системный подход в области образования	**Знает** механизмы и методики поиска, анализа и синтеза информации, включающие системный подход в области образования	
	Уметь: находить и критически анализировать информацию, необходимую для решения поставленной задачи	**Не умеет** находить и критически анализировать информацию, необходимую для решения поставленной задачи	**В целом умеет** находить и критически анализировать информацию, необходимую для решения поставленной задачи	**Умеет** находить и критически анализировать информацию, необходимую для решения поставленной задачи	

	Владеть:	**Не владеет**	**В целом владеет**	**Владеет**	
	методами установления причинно-следственных связей и определения наиболее значимых среди них	методами установления причинно-следственных связей и определения наиболее значимых среди них	методами установления причинно-следственных связей и определения наиболее значимых среди них	методами установления причинно-следственных связей и определения наиболее значимых среди них	
Повышенный	**Знать:** методики постановки цели и способы ее достижения, научное представление о результатах обработки информации				В полном объеме знает методики постановки цели и способы ее достижения, научное представление о результатах обработки информации
	Уметь: рассматривать возможные варианты решения задачи, оценивая их достоинства и недостатки				Умеет в полном объеме рассматривать возможные варианты решения задачи, оценивая их достоинства и недостатки
	Владеть: . механизмами поиска информации, в том числе с применение современных информационных и коммуникационных технологий				В полном объеме владеет механизмами поиска информации, в том числе с применение современных информационных и коммуникационных технологий
ПК-3					
Базовый	**Знать:**	**Не знает**	**В целом знает**	**Знает**	
	Проектирует результаты обучения в соответствии Нормативными документами в сфере образования, возрастными особенностями обучающихся, дидактическими задачами учебного занятия.	Проектирует результаты обучения в соответствии Нормативными документами в сфере образования, возрастными особенностями обучающихся, дидактическими задачами учебного занятия.	Проектирует результаты обучения в соответствии Нормативными документами в сфере образования, возрастными особенностями обучающихся, дидактическими задачами учебного занятия.	Проектирует результаты обучения в соответствии Нормативными документами в сфере образования, возрастными особенностями обучающихся, дидактическими задачами учебного занятия.	
	Уметь:	**Не умеет**	**В целом умеет**	**Умеет**	

	Осуществляет отбор предметного содержания, приемов и технологий, В том числе информационных, обучения предмету, организационных форм учебных занятий, средств диагностики в соответствии с планируемыми результатами обучения.	Осуществляет отбор предметного содержания, приемов и технологий, В том числе информационных, обучения предмету, организационных форм учебных занятий, средств диагностики в соответствии с планируемыми результатами обучения.	Осуществляет отбор предметного содержания, приемов и технологий, В том числе информационных, обучения предмету, организационных форм учебных занятий, средств диагностики в соответствии с планируемыми результатами обучения.	Осуществляет отбор предметного содержания, приемов и технологий, В том числе информационных, обучения предмету, организационных форм учебных занятий, средств диагностики в соответствии с планируемыми результатами обучения.	
	Владеть: Формирует познавательную Мотивацию обучающихся к предмету в рамках урочной и внеурочной деятельности	**Не владеет** Формирует познавательную Мотивацию обучающихся к предмету в рамках урочной и внеурочной деятельности	**В целом владеет** Формирует познавательную Мотивацию обучающихся к предмету в рамках урочной и внеурочной деятельности	**Владеет** Формирует познавательную Мотивацию обучающихся к предмету в рамках урочной и внеурочной деятельности	
Повышенный	**Знать:** Проектирует результаты обучения в соответствии Нормативными документами в сфере образования, возрастными особенностями обучающихся, дидактическими задачами учебного занятия.				**Знает:** Проектирует результаты обучения в соответствии Нормативными документами в сфере образования, возрастными особенностями обучающихся, дидактическими задачами учебного занятия.
	Уметь: Осуществляет отбор предметного содержания, приемов и технологий, В том числе информационных, обучения предмету, организационных форм учебных занятий,				**Умеет:** Осуществляет отбор предметного содержания, приемов и технологий, В том числе информационных, обучения предмету, организационных форм учебных занятий,

	средств диагностики в соответствии с планируемыми результатами обучения.				средств диагностики в соответствии с планируемыми результатами обучения.
	Владеть: Формирует познавательную Мотивацию обучающихся к предмету в рамках урочной и внеурочной деятельности				**Владеет:** Формирует познавательную Мотивацию обучающихся к предмету в рамках урочной и внеурочной деятельности

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

7.2.1. Типовые темы к письменным работам, докладам и выступлениям:

Тематика рефератов

1. Здоровье и физическая работоспособность.
2. Физиология и физические нагрузки.
3. Оценка функционального состояния организма.
4. Нагрузочные тесты.
5. Повышение и сохранение физической работоспособности.
6. Тренировки школьников, студентов, лиц среднего и пожилого возраста.
7. Реабилитация спортсменов.
8. Антидопинговый контроль.
9. Травматизм при занятиях спортом.
10. Питание и спорт.
11. Акклиматизация и спортивная деятельность.
12. Реабилитация спортсменов-инвалидов.
13. Основы функциональной диагностики в спортивной медицине.
14. Очаги хронической инфекции и их значение в спортивной медицине.
15. Врачебно-педагогические наблюдения.
16. Заболевания внутренних органов у спортсменов.
17. Оценка положительного влияния занятий спортом.
18. Внезапная смерть при занятиях спортом.
19. Роль иммунной системы в оценке состояния здоровья.
20. Общие расстройства кровообращения.
21. Нарушение тканевого питания, обмена веществ, тканевого роста.
22. Определение и оценка состояния здоровья, физического развития уровня физической подготовленности и тренированности занимающихся физической культурой и спортом.

23. Исследование функционального состояния сердечнососудистой системы.
24. Исследование функционального состояния системы дыхания.
25. Исследование функционального состояния нервной системы.
26. Самоконтроль спортсмена, дневник самоконтроля.
27. Факторы, ухудшающие физическую работоспособность и состояние здоровья спортсменов.
28. Влияние вредных привычек на физическое здоровье.
29. Биохимические методы исследования и оценки физической работоспособности.
30. Энергетика при мышечной деятельности.
31. Принципы и основы организации врачебного контроля.

Критерии оценки доклада, сообщения, реферата:

Отметка «отлично» за письменную работу, реферат, сообщение ставится, если изложенный в докладе материал:

-отличается глубиной и содержательностью, соответствует заявленной теме;

-четко структурирован, с выделением основных моментов;

-доклад сделан кратко, четко, с выделением основных данных;

-на вопросы по теме доклада получены полные исчерпывающие ответы.

Отметка «хорошо» ставится, если изложенный в докладе материал:

-характеризуется достаточным содержательным уровнем, но отличается недостаточной структурированностью;

--доклад длинный, не вполне четкий;

-на вопросы по теме доклада получены полные исчерпывающие ответы только после наводящих вопросов, или не на все вопросы.

Отметка «удовлетворительно» ставится, если изложенный в докладе материал:

-недостаточно раскрыт, носит фрагментарный характер, слабо структурирован;

-докладчик слабо ориентируется в излагаемом материале;

-на вопросы по теме доклада не были получены ответы или они не были правильными.

Отметка «неудовлетворительно» ставится, если:

-доклад не сделан;

-докладчик не ориентируется в излагаемом материале;

-на вопросы по выполненной работе не были получены ответы или они не были правильными.

7.2.2. Примерные вопросы к итоговой аттестации *(экзамен)*

1. Гигиена как наука. Задачи и методы исследования.
2. Вредные привычки: влияние наркотиков на организм спортсмена.
3. Гигиена физического воспитания как наука. Задачи и методы исследования.
4. Общие гигиенические требования к одежде спортсмена.
5. Значение воздуха для человека.
6. Гигиенические основы закаливания.
7. Физические свойства воздуха (влажность, температура, ионизация).
8. Закаливание водой.
9. Химический состав воздуха.
10. Закаливание воздухом.
11. Загрязнения воздуха и контроль за его состоянием.

12. Закаливание солнцем.
13. Приборы и правила измерения температуры и влажности в спортивном зале.
14. Закаливание в спортивной практике.
15. Роль воды в жизнедеятельности человека.
16. Понятие о достаточном и сбалансированном питании.
17. Органолептические свойства воды.
18. Физиологическая роль и гигиеническое значение белков.
19. Гигиеническая характеристика питьевой воды.
20. Физиологическая роль и гигиеническое значение жиров.
21. Самоочищения водных источников, очистка и обеззараживание воды.
22. Физиологическая роль и гигиеническое значение углеводов.
23. Почва и ее гигиеническое значение.
24. Гигиена опорно-двигательного аппарата – профилактика нарушений осанки.
25. Эпидемиологическое значение почвы.
26. Гигиена органов зрения, слуха, ротовой полости. Уход за зубами.
27. Химическое и радиоактивное загрязнение почвы.
28. Вредные привычки: влияние курения на организм спортсмена.
29. Гигиеническое обоснование выбора почв для строительства спортивных сооружений.
30. Вредные привычки: влияние алкоголя на организм спортсмена.
31. Гигиена спортивных сооружений. Основные гигиенические требования к расположению, ориентации и планировке спортивных сооружений.
32. Весовой режим спортсмена.
33. Основные гигиенические требования к освещению спортивных сооружений.
34. Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в условиях временной адаптации.
35. Основные гигиенические требования к отоплению и вентиляции спортивных сооружений.
36. Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в гонных условиях.
37. Основные гигиенические требования к строительным материалам.
38. Гигиеническое обеспечение подготовки в отдельных видах спорта: спортивная борьба.
39. Гигиена одежды, обуви, кожи, ногтей, волос.
40. Гигиеническое обеспечение подготовки в отдельных видах спорта: гимнастика
41. Физиологическая роль и гигиеническое значение витаминов и минеральных веществ.
42. Возрастные особенности детей и подростков.
43. Калорийность и качественный состав пищи. Основные продукты питания для спортсменов.
44. Основные гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу в школе.
45. Пищевой рацион спортсмена.
46. Гигиенические требования к классным помещениям и их оборудованию.
47. Режим питания.
48. Гигиенические требования к местам занятий физической культурой.
49. Питание во время и после соревнований.
50. Гигиенические основы физического воспитания школьников.

Критерии оценки устного ответа на вопросы

✓ 30 баллов - если ответ показывает глубокое и систематическое знание всего программного материала и структуры конкретного вопроса, а также основного содержания и новаций лекционного курса по сравнению с учебной литературой. Студент демонстрирует отчетливое и свободное владение концептуально-понятийным аппаратом, научным языком

и терминологией соответствующей научной области. Знание основной литературы и знакомство с дополнительно рекомендованной литературой. Логически корректное и убедительное изложение ответа.
✓ 20 - баллов - знание узловых проблем программы и основного содержания лекционного курса; умение пользоваться концептуально-понятийным аппаратом в процессе анализа основных проблем в рамках данной темы; знание важнейших работ из списка рекомендованной литературы. В целом логически корректное, но не всегда точное и аргументированное изложение ответа.
✓ 10 баллов – фрагментарные, поверхностные знания важнейших разделов программы и содержания лекционного курса; затруднения с использованием научно-понятийного аппарата и терминологии учебной дисциплины; неполное знакомство с рекомендованной литературой; частичные затруднения с выполнением предусмотренных программой заданий; стремление логически определенно и последовательно изложить ответ.
✓ 0 – незнание, либо отрывочное представление о данной проблеме в рамках учебно-программного материала; неумение использовать понятийный аппарат; отсутствие логической связи в ответе.

7.2.3. Тестовые задания для проверки знаний студентов

1. ***Основоположник отечественной гигиены в России:***
   а) Доброславин А.П.;
   б) Семашко Н.А.;
   в) Соловьев З.П.;
   г) Чарльз Дарвин.
2. ***Абиотический фактор:***
   а) паразитизм;
   б) строительство платины на реке;
   в) опыление растений насекомыми;
   г) солнечный свет.
3. ***Термин «гигиена»:***
   а) наука о жилище;
   б) наука о форме и строении человека;
   в) наука о правильном и рациональном образе жизни;
   г) наука о жизнедеятельности живого организма.
4. ***Причиной кислотных дождей является повышенная концентрация в атмосфере:***
   а) окислы серы;
   б) озон;
   в) кислород;
   б) азот.
5. ***Химическое соединение, в высоких концентрациях вызывающее образование злокачественных опухолей:***
   а) окись углерода;
   б) окислы серы;
   в) бенз(а)пирен;
   г) двуокись углерода.
6. ***Оптимальная относительная влажность воздуха в жилом помещении в %:***
   а) 15 – 20 %;
   б) 20 – 30 %;

в) 40 – 60 %;
г) 80 – 90 %.

7. ***Прибор, используемый для непрерывной, автоматической записи температуры воздуха:***
   а) барограф;
   б) термограф;
   в) психрометр;
   г) гигрограф.
8. ***Часть солнечного спектра, оказывающая бактерицидное действие:***
   а) видимый свет;
   б) инфракрасные лучи;
   в) ультрафиолетовые лучи;
   г) все части спектра.
9. ***Источником оксида углерода в воздухе является:***
   а) транспорт;
   б) уличная пыль;
   в) дыхание;
   г) промышленное предприятие, выбрасывающее с дымом сернистый газ.
10. ***Противопоказания к искусственному облучению УФЛ:***
    а) активная форма туберкулеза;
    б) заболевания щитовидной железы;
    в) наличие пигментных пятен;
    г) все перечисленное верно.
11. ***Парниковый эффект связан с повышением концентрации в атмосфере:***
    а) окислов серы;
    б) окислов азота;
    в) углекислого газа;
    г) озона.
12. ***Биологическим действием УФО солнечного спектра является:***
    а) угнетающее действие;
    б) витаминообразующее;
    в) снижение остроты зрения;
    г) образование метгемоглобина.
13. ***Фактор, не влияющий на микроклимат:***
    а) освещенность;
    б) температура воздуха;
    в) влажность воздуха;
    г) скорость движения воздуха.
14. ***К метеотропным заболеваниям относятся:***
    а) бронхиальная астма;
    б) гипертоническая болезнь;
    в) ревматизм;
    г) все перечисленное верно.
15. ***Цифровой показатель концентрации кислорода в атмосфере:***
    а) 78%;
    б) 21%;
    в) 0,93 %;
    г) 0,04%.
16. ***Цифровой показатель кислорода в барокамере:***
    а) 16%;
    б) 21%;

в) 40–60%;
г) 78%.

17. ***Химическое соединение в высоких концентрациях вызывающее отек легких:***
а) сероводород;
б) окислы азота;
в) фотооксиданты;
г) углекислый газ.

18. ***Химическое соединение, вызывающее разрушение озонового слоя:***
а) оксиды серы;
б) фреоны;
в) оксиды углерода;
г) оксиды железа.

19. ***Антирахитическим действием обладают:***
а) инфракрасные лучи;
б) синие лучи;
в) ультрафиолетовые лучи;
г) красные лучи.

20. ***Барометр – анероид применяют для оценки:***
а) температуры;
б) влажности;
в) скорости движения воздуха;
г) атмосферного давления.

21. ***Наибольшее значение в загрязнении воздуха городов в настоящее время играет:***
а) автотранспорт;
б) отопительные приборы;
в) промышленные предприятия;
г) несанкционированные свалки.

22. ***Соединения серы, находящиеся в воздухе способствуют:***
а) раздражению дыхательных путей;
б) образование метгемоглобина;
в) образованию карбоксигемоглобина;
г) заболеванию кариесом.

23. ***Фактор, влияющий на интенсивность естественного УФО являются:***
а) полярная ночь;
б) солнечная активность;
в) низкое стояние солнца над горизонтом;
г) пасмурная погода.

24. ***Показания для искусственного УФО с профилактической целью:***
а) активной формы туберкулеза;
б) заболевания щитовидной железы;
в) наличие пигментных пятен;
г) гиповитаминоз «Д»

25. ***Условия, при которых человек подвергается воздействию повышенного атмосферного давления:***
а) работы при высоких температурах;
б) водолазные работы;
в) восхождение в горы;
г) полеты на летательных аппаратах.

26. ***Для оценки влажности используют:***
а) термометр;
б) барометр;

в) анемометр;
г) психрометр.

27. ***Для оценки температурного режима используют:***
а) термометр;
б) барометр;
в) анемометр;
г) катотермометр.

28. ***Заболевания и состояния человека, при которых применяется лечение в барокамере:***
а) заболевания ССС;
б) кессонная болезнь;
в) бронхиальная астма;
г) все перечисленное верно.

29. ***Виды действия соединений серы, находящихся в воздухе городов, на организм человека:***
а) канцерогенное;
б) раздражающее дыхательные пути;
в) силикоз;
г) гонадотропное.

30. ***Причиной развития у человека метгемоглобинемии может быть внесение в почву:***
а) калийных удобрений;
б) фосфорных удобрений;
в) азотных удобрений;
г) пестицидов.

31. ***Показатель санитарного состояния почвы:***
а) гигроскопичность;
б) воздухопроницаемость;
в) химический состав почвы;
г) количество яиц гельминтов в грамме почвы.

32. ***Микроорганизм не образует в почве споры:***
а) возбудитель сибирской язвы;
б) возбудитель столбняка;
в) возбудитель дизентерии;
г) возбудитель ботулизма.

33. ***Инфекционное заболевание, фактором передачи которого является почва:***
а) сыпной тиф;
б) грипп;
в) чесотка;
г) сибирская язва.

34. ***Первый этап самоочищения почвы:***
а) образование гумуса;
б) нитрификация;
в) минерализация;
г) оксигенация.

35. ***Заболевания жителей эндемическим зобом связано:***
а) с повышенным содержанием фтора в почве и воде;
б) с пониженным содержанием йода в почве воде;
в) с повышенным содержанием йода в почве и воде;
г) с пониженным содержанием фтора в почве и воде.

36. ***Наличие метгемоглобина в крови связано:***

а) с наличием кислорода в воздухе;
б) с наличием нитратов в пище и воде;
в) с наличием диоксида углерода в воздухе;
г) с наличием углекислого газа в воздухе.

37. ***Попадание в рану человека загрязненной почвы, может явиться причиной развития:***
а) холеры;
б) сальмонеллеза;
в) ботулизма;
г) газовой гангрены.

38. ***Показатель санитарного состояния почвы:***
а) количество яиц и куколок мух в 0,25 м 2;
б) гигроскопичность;
в) воздухопроницаемость;
г) химический состав почвы.

39. ***Микроорганизм, образующий в почве споры:***
а) возбудитель брюшного тифа;
б) возбудитель дифтерии;
в) возбудитель ботулизма;
г) возбудитель малярии.

40. ***Передача возбудителей кишечных заболеваний человеку из почвы происходит:***
а) через пищевые продукты;
б) через поврежденную кожу;
в) через укус клеща;
г) воздушно-капельным путем.

41. ***Заболевания жителей кариесом связаны:***
а) с повышенным содержанием фтора в почве и воде;
б) с пониженным содержанием йода в почве и почве;
в) с повышенным содержанием йода в почве и воде;
г) с пониженным содержанием фтора в почве и воде.

42. ***Заключительная стадия самоочищения почвы:***
а) образование гумуса;
б) нитрификация;
в) минерализация;
г) оксигенация.

43. ***Заболевания жителей флюорозом связаны:***
а) с повышением содержания фтора в почве и воде;
б) с понижением содержания йода в воде и почве;
в) с повышением содержания йода в почве и воде;
г) с понижением содержания фтора в почве и воде.

44. ***Недостаток или избыток микроэлементов в почве приводит:***
а) к недостатку или избытку их в организме человека;
б) нарушению промежуточного обмена веществ;
в) возникновению заболеваний;
г) все перечисленное верно.

45. ***Химическое соединение, входящее в состав питьевой воды, вызывающее диспепсию:***
а) фториды;
б) сульфаты;
в) нитраты;
г) хлориды.

46. ***Микроэлемент, отсутствие или малое количество которого вызывает кариес зубов:***
    а) свинца;
    б) селена;
    в) цинка;
    г) фтора.
47. ***Микроэлемент, отсутствие или малое количество которого вызывает флюороз зубов и других костных образований:***
    а) меди;
    б) мышьяка;
    в) фтора;
    г) йода.
48. ***Химическое соединение, используемое в качестве коагулянта при обработке воды:***
    а) CuSO4;
    б) KMnO4;
    в) Al2 (SO4)3;
    г) HOCl.
49. ***Допустимое микробное число питьевой воды:***
    а) 50;
    б) 120;
    в) 150;
    г) 200.
50. ***Употребление воды с высоким содержанием хлоридов вызывает:***
    а) снижение секреции желудка;
    б) повышение температуры тела;
    в) метгемоглобинемию;
    г) кариес.
51. ***Для питания хозяйственно питьевых водопроводов используют:***
    а) атмосферные воды;
    б) воды морей;
    в) воды болот;
    г) открытые водоемы.
52. ***Летальный исход вызывает потеря организмом количества воды (в %):***
    а) 3 – 5 %;
    б) 7 – 10 %;
    в) 15 – 20 %;
    г) 25 – 30 %.
53. ***Норма водопотребления в полностью канализованных крупных населенных пунктах:***
    а) 250 – 350 л/сутки;
    б) 40 − 60 л/сутки;
    в) 170 л/сутки;
    г) 10 л/сутки.
54. ***Основной источник йода для человека:***
    а) пища;
    б) вода;
    в) воздух;
    г) все перечисленное верно.
55. ***Ионы, обуславливающие жесткость воды:***
    а) железо, хлор;
    б) кальций, магний;

в) натрий, кальций;
г) медь, магний.

56. ***Какова оптимальная жесткость воды:***
а) 3,5 мг экв/л;
б) 7,0 мг экв/л;
в) 10 мг экв/л;
г) 14 мг экв/л.

57. ***Химические соединения, вызывающие метгемоглобинемию:***
а) хлориды;
б) нитраты;
в) сульфаты;
г) фториды.

58. ***Микроэлемент, недостаток которого приводит к возникновению эндемического зоба:***
а) цинка;
б) меди;
в) мышьяка;
г) йода.

59. ***Жесткая вода имеет следующие свойства:***
а) может привести к отекам;
б) повышает аппетит;
в) ускоряет приготовление пищи;
г) влияет на сердечную деятельность.

60. ***Вещества, характеризующие загрязнение воды белковыми органическими соединениями:***
а) хлориды;
б) фтор;
в) нитриты;
г) селен.

61. ***Метод осветления воды:***
а) озонирование;
б) кипячение;
в) фильтрация;
г) хлорирование.

62. ***Преимущество озона перед хлором при обеззараживании воды:***
а) осветляет воду;
б) охлаждает воду;
в) более эффективен по отношению к патогенным простейшим;
г) более дешевый способ.

63. ***Основной источник фтора для человека:***
а) пища;
б) вода;
в) воздух.

64. ***Суточная потребность человека в белке (в г) в сутки:***
а) 15 – 20;
б) 30 – 40;
в) 50 – 70;
г) 80 – 100.

65. ***Суточная потребность человека в углеводах (в г) в сутки:***
а) 50 – 80;
б) 150 – 200;

в) 350 – 400;
г) 500 – 700.

66. ***Соотношение белков, жиров и углеводов в рационе людей, занимающихся тяжелым физическим трудом:***
а) 1 – 0,8 – 3;
б) 1 – 1,3 – 6;
в) 1 – 1 – 4;
г) 1 – 1 – 5.

67. ***Основная, функциональная роль водорастворимых витаминов:***
а) калорическая;
б) каталитическая;
в) пластическая;
г) энергетическая.

68. ***Витамина «С» больше всего содержится:***
а) в капусте;
б) в моркови;
в) в черной смородине;
г) в шиповнике.

69. ***Болезнь «бери – бери» возникает при недостатке в организме витамина:***
а) В1 (тиамин);
б) РР (никотиновая кислота);
в) D (кальциферол);
г) К (филлохинон).

70. ***Пищевые вещества содержащие витамины А,D,E,K:***
а) жиры;
б) белки;
в) витамины;
г) минеральные соли.

71. ***Продукт, являющийся основным источником фосфора:***
а) курага, урюк;
б) горох, фасоль;
в) рыба;
г) печень говяжья, яйца.

72. ***Основная биологическая роль углеводов:***
а) являются источником энергии;
б) являются структурными элементами клеток и тканей;
в) играют защитную роль;
г) являются источником витаминов.

73. ***Условия, способствующие разрушению витамина «С» в продуктах:***
а) естественный продукт;
б) кислая среда;
в) кислород;
г) хранение в герметичной таре.

74. ***Витамин «С» сохраняется лучше:***
а) при приготовлении пюре;
б) жарение в жире;
в) при варке в «кожуре»;
г) закладка при варке в холодную воду.

75. ***Возбудитель пищевых токсикоинфекций:***
а) возбудитель дизентерии;
б) возбудитель туберкулеза;

в) кишечная палочка;
г) возбудитель дифтерии.

76. ***Продукт являющийся источником витамина В1:***
а) квашеная капуста;
б) рыба;
в) сливочное масло;
г) хлеб.

77. ***Отметьте правильное утверждение:***
а) ботулизм возникает при употреблении жареных грибов;
б) ботулизм возникает при употреблении консервированных грибов.

78. ***Отметьте правильное утверждение:***
а) токсикоинфекции чаще возникают при массивном обсеменении продуктов микроорганизмами;
б) токсикоинфекции чаще возникают при попадании в продукты и блюда единичных микроорганизмов.

79. ***Суточная потребность человека в жире (в г) в сутки составляет:***
а) 30–40;
б) 50–70;
в) 80–100;
г) 100–120.

80. ***Основная, функциональная роль белков как питательных веществ:***
а) энергетическая;
б) пластическая;
в) литическая;
г) каталитическая.

81. ***Соотношение белков, жиров и углеводов в рационе людей, занимающихся умственным трудом:***
а) 1–1–5;
б) 1–1–4;
в) 1–0,8–3;
г) 1–1,3–6.

82. ***Появление на коже и слизистых трещин, является признаком гиповитаминоза:***
а) тиамина (В1);
б) рибофлавина (В2);
в) никотиновой кислоты (РР);
г) токоферол (Е).

83. ***Недостаток витамина «А» в организме вызывает:***
а) снижение прочности костей;
б) «куриную слепоту»;
в) порозность капилляров;
г) снижает свертываемость крови.

84. ***Продукт, являющийся источником витамина «А»:***
а) рыба;
б) сыр;
в) сливочное масло;
г) все перечисленное.

85. ***Источником кальция в пище является:***
а) творог;
б) печень говяжья;
в) картофель;
г) изюм.

86. ***Основная биологическая роль жиров:***
а) источник энергии;
б) источник фосфатов и жирных кислот;
в) источник жирорастворимых витаминов;
г) источник витаминов группы «в».
87. ***Оптимальное распределение калорийности пищи в % (при 3 – х разовом питании):***
а) 30–45–25;
б) 15–50–35;
в) 20–60–20;
г) 25–50–25.
88. ***Потеря витамина «С» при кулинарной обработке составляет (в %):***
а) 10–15 %;
б) 30 %;
в) 40 %;
г) 50 %.
89. ***Продукт чаще всего являющийся причиной ботулизма:***
а) молоко;
б) овощные консервы;
в) сухофрукты;
г) сливочный крем.
90. ***Продукты, являющиеся источниками железа:***
а) творог;
б) печень;
в) рыба;
г) изюм.
91. ***Продукт, содержащий полноценный белок:***
а) квашеная капуста;
б) гранат;
в) сливочное масло;
г) мясо.
92. ***Температура, необходимая для хранения молочных продуктов:***
а) – 2° С;
б) – 20° С;
в) + 4° С - + 6° С;
г) 0° С.
93. ***Продукты и блюда, при неправильном хранении которых, может возникнуть стафилококковое отравление:***
а) консервированные огурцы;
б) орехи;
в) творог;
г) ядовитые грибы.
94. ***Стафилококковое отравление чаще протекает:***
а) с понижением артериального давления и температуры;
б) с субфебрильной температурой.
95. ***Количество и качество питания зависит:***
а) от возраста;
б) пола;
в) климатических условий;
г) все перечисленное верно.
96. ***Потребность людей в витамине «С» значительно увеличивается при:***

а) инфекционных заболеваниях;
б) туберкулезе;
в) болезнях ЖКТ;
г) все перечисленное верно.

97. ***Средство индивидуальной профилактики пневмокониозов:***
а) респираторы;
б) очки;
в) рукавицы;
г) вытяжные устройства на рабочем месте.

98. ***Меры профилактики профессиональных отравлений:***
а) контроль, над состоянием воздушной среды в воздухе рабочей зоны;
б) автоматизация и герметизация вредных производственных процессов;
в) гигиеническая стандартизация сырья и готовых материалов;
г) все перечисленное верно.

99. ***Вид излучения, обладающий самой высокой проникающей способностью:***
а) α-излучение;
б) β-излучение;
в) рентгеновское излучение;
г) все перечисленное верно.

100. ***Принцип защиты при работе с радиоактивными веществами в закрытой зоне:***
а) защита количеством и временем;
б) использование индивидуальных средств защиты;
в) все перечисленное верно.

101. ***К общим мерам по профилактике шума на производстве относятся:***
а) изменение технологии производств;
б) вентиляция;
в) герметизация;
г) все перечисленное верно.

102. ***Производственные источники вибрации:***
а) погружение на большие глубины;
б) работа при высоких температурах;
в) формы для виброуплотнения бетона;
г) работа с химическими веществами.

103. ***При вибрационной болезни в первую очередь поражаются:***
а) капилляры кончиков пальцев;
б) сосуды мозга;
в) центральная неравная система;
г) сердечно – сосудистая система.

104. ***Общие меры профилактики пневмокониозов:***
а) механизация и автоматизация;
б) контроль за ПДК окиси углерода в воздухе помещения для работы;
в) сухое бурение;
г) нормальное освещение на рабочем месте.

105. ***Наиболее опасный путь поступления ядов в организм на производстве является***
а) желудочно-кишечный тракт;
б) дыхательные пути;
в) кожные покровы;
г) слизистые оболочки рта, глаз.

106. ***Выведение из организма токсических веществ, хорошо растворимых в воде, осуществляется через:***

а) ЖКТ;
б) почки;
в) органы дыхания.

107. ***Орган, имеющий важное значение, в дезинтоксикации и трансформации химических соединений в организм***
а) кишечник;
б) печень;
в) железы внутренней секреции;
г) костная ткань.

108. ***Индивидуальные средства защиты от шума:***
а) противогаз;
б) защитные очки;
в) наушники.

109. ***Производственный шум воздействует:***
а) на слуховой аппарат;
б) на ЖКТ;
в) на кожные покровы;
г) костно-мышечную систему.

110. ***Общие меры профилактики вибрационной болезни:***
а) технический контроль вентиляции;
б) установка ПДК загазованности;
в) влажная уборка;
г) применение пультов.

111. ***При поражении дыхательной системы производственной пылью имеют значение:***
а) размер пылевых частиц;
б) растворимость пылевых частиц;
в) химическая структура;
г) все перечисленное верно.

112. ***Влияние производственной пыли на организм проявляется в возникновении:***
а) бронхитов;
б) пневмокониозов;
в) аллергических проявлениях;
г) все перечисленное верно.

113. ***Для обеспечения теплового комфорта жилища для человека имеют важное значение следующие показатели:***
а) температура воздуха и величина перепадов температуры по горизонтали и высоте помещения, температура внутренних поверхностей стен;
б) температура воздуха и величина перепадов температуры по высоте;
в) влажность воздуха жилого помещения.

114. ***Рекомендуемая ориентация жилых помещений Зауралья:***
а) северная;
б) юго-восточная;
в) северо-западная;
г) северо-восточная.

115. ***Оптимальные нормативы микроклимата жилищ:***
а) не зависят от возраста и климатического района;
б) не зависят от возраста и зависят от климатического района;
в) зависят от возраста и не зависят от климатического района.

116. ***С гигиенической точки зрения, оптимальной системой отопления жилых помещений, являются:***

а) воздушное;
б) панельное;
в) водяное;
г) паровое.

117. ***Микроклимат помещений характеризуется следующим показателем:***
а) температурой воздуха;
б) атмосферным давлением;
в) химическим составом воздуха;
г) освещенностью.

118. ***Рекомендуемая ориентация окон операционных:***
а) южная;
б) северная;
в) восточная;
г) западная.

119. ***Требования, предъявляемые к искусственному освещению:***
а) соответствовать назначению помещения;
б) быть достаточным, регулируемым и безопасным;
в) не оказывать слепящего действия;
г) все перечисленное верно.

120. ***Отрицательная сторона урбанизации:***
1) коммунальное благоустройство
2) высокий уровень культуры
3) интенсивное загрязнение воздушной среды
4) высокий экономический потенциал

121. ***Положительная сторона урбанизации:***
1) интенсивное загрязнение окружающей среды
2) изменение микроклиматических условий
3) высокий уровень культуры
4) уменьшение интенсивности солнечной радиации

122. ***Основные принципы градостроительства:***
а) зонирование территорий населенного пункта
б) оптимальный выбор территории
в) учет розы ветров
г) все перечисленное

123. ***Не относят к видам загрязнения окружающей среды:***
а) природное
б) физическое
в) биологическое
г) химическое

124. ***К физическому загрязнению окружающей среды относятся:***
а) тепловое
б) шумовое
в) электромагнитное
г) все перечисленное

125. ***Планировочные мероприятия по охране окружающей среды включают в себя:***
а) создание санитарно-защитной зоны
б) создание малоотходных технологий
в) замену вредных веществ менее вредными
г) природоохранительное законодательство

126. ***Предельно-допустимое содержание CO2 в жилом помещении не должно превышать:***

1) 0,1 %
2) 1%
3) 2%
4) 0,5 %

127. ***Естественная вентиляция- это воздухообмен, происходящий под влиянием:***
1) влажности
2) разницы давлений
3) ветрового напора
4) разницы температур наружного и комнатного воздуха

128. ***Естественное освещение в помещении не зависит от:***
1) вида осветительной арматуры
2) устройства окон
3) вида штор
4) окраски стен и мебели

129. ***Глубина жилой комнаты не должна превышать***
1) 10м
2) 6м
3) 3м
4) 15м

130. ***Элементы здорового образа жизни:***
а) рациональное питание;
б) отсутствие вредных привычек;
в) занятия физической культурой;
г) все перечисленное верно.

131. ***Доля значения образа жизни в формировании здоровья населения:***
а) 49 – 53%
б) 10%
в) 20%

132. ***Понятие «Гигиеническое воспитание» – это:***
а) теория и практика оформления, сохранения и укрепления здоровья индивида
б) закономерности влияния факторов среды на здоровье людей

133. ***Объект гигиенического воспитания – это:***
а) внешняя среда
б) здоровый человек

134. ***Факторы, влияющие на здоровье:***
а) генетические предпосылки
б) особенности питания
в) личная гигиена
г) адекватная самооценка>
д) все перечисленное

135. ***По определению ВОЗ здоровье – это:***
а) отсутствие болезней
б) нормальное функционирование систем организма
в) состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и дефектов физического развития
г) состояние организма человека, когда функции его органов и систем уравновешены с внешней средой и отсутствуют какие-либо болезненные изменения

136. ***Фактор, оказывающий наибольшее влияние на формирование здоровья населения:***
а) образ жизни
б) уровень и качество медицинской помощи

в) наследственность
г) окружающая среда

137. ***Здоровье человека зависит от его образа жизни на:***
а) 50%
б) 20%
в) 10%

138. ***Понятие «низкая физическая активность» (гиподинамия) включает в себя:***
а) отказ от занятий спортом
б) занятия в группах здоровья
в) малоподвижную деятельность на протяжении более чем 50% времени

139. ***Цель гигиенического воспитания – восполнить:***
а) отсутствующие умения и навыки здорового безопасного образа жизни
б) социальную политику по увеличению потенциала здоровья

140. ***Профилактика заболеваний и укрепление здоровья – цель гигиенического воспитания:***
а) ближайшая
б) долгосрочная

141. ***Для гигиенической оценки физкультурных занятий с детьми используются следующие показатели:***
а) общая продолжительность и структура занятия;
б) общая и моторная плотность занятия;
в) показатели реакции организма на физическую нагрузку;
г) все перечисленное верно.

142. ***Не относится к гигиеническим требованиям в одежде*:**
а) сохранение теплового комфорта;
б) не затруднять движений человека;
в) быть модной;
г) легко очищаться от загрязнений.

143. ***Основные принципы закаливания:***
а) учет состояния здоровья и степени закаленности;
б) постепенность;
в) комплексность;
г) все перечисленное верно.

144. ***Состав помещений групповой ячейки детского сада:***
а) игровая – столовая;
б) групповая с буфетной;
в) раздевалка;
г) все перечисленное верно.

145. ***Особенность построения урока в начальной школе:***
а) разнообразие видов деятельности;
б) наглядность;
в) проведение физкультминутки;
г) все перечисленное верно.

146. ***Основные гигиенические требования в классной комнате к освещенности:***
а) ориентация: юг, юго-восток, восток;
б) ориентация запад, юго-запад;
в) ориентация на север;
г) установка цветных стекол.

147. ***Санитарно – эпидемиологический надзор за условиями обучения детей включает:***
а) гигиеническую оценку состояния школьных зданий (достаточность площадей, степень благоустройства);

б) оценку соблюдения норм учебной нагрузки;
в) оценку режима учебного дня;
г) контроль организации медицинского обеспечения школ;
д) все перечисленное верно.

148. ***Элемент, не являющийся основным в гигиенической рациональности организации урока в старших классах:***
а) плотность урока;
б) количество продолжительности и чередования видов деятельности;
в) применение ТСО;
г) наличие физкультурных минуток.

149. ***Общие требования, предъявляемые к школьной мебели:***
а) соответствие росту учащихся;
б) окраска в светлых тонах;
в) легкость;
г) все перечисленное верно.

150. ***Основные гигиенические требования к мастерским:***
а) достаточная площадь;
б) изолированное размещение;
в) достаточное освещение;
г) правильная вентиляция;
д) все перечисленное верно.

151. ***Составные элементы участка детского сада:***
а) групповые площадки;
б) сад – огород – ягодник;
в) зона отдыха;
г) все перечисленное верно.

152. ***Режим дня и учебных занятий должен соответствовать гигиеническим нормам:***
а) длительности сна;
б) бодрствования разных возрастных групп;
в) проведение занятий и оздоровительных мероприятий;
г) все перечисленное верно.

153. ***Ускорение темпов роста и развития детей называется:***
б) дистрофия;
в) ожирение;
г) акселерация.

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний
Ключи к тестовым заданиям.
Шкала оценивания *(за правильный ответ дается 1 балл)*
«неудовлетворительно» – 50% и менее
«удовлетворительно» – 51-80%
«хорошо» – 81-90%
«отлично» – 91-100%

Критерии оценки тестового материала по дисциплине
✓ 5 баллов - выставляется студенту, если выполнены все задания варианта, продемонстрировано знание фактического материала (базовых понятий, алгоритма, факта).
✓ 4 балла - работа выполнена вполне квалифицированно в необходимом объёме; имеются незначительные методические недочёты и дидактические ошибки. Продемонстрировано умение правильно использовать специальные термины и понятия, узнавание объектов изу-

чения в рамках определенного раздела дисциплины; понятен творческий уровень и аргументация собственной точки зрения

✓ 3 балла – продемонстрировано умение синтезировать, анализировать, обобщать фактический и теоретический материал с формулированием конкретных выводов, установлением причинно-следственных связей в рамках определенного раздела дисциплины;

✓ 2 балла - работа выполнена на неудовлетворительном уровне; не в полном объёме, требует доработки и исправлений и исправлений более чем половины объема.

7.2.4. Бально-рейтинговая система оценки знаний бакалавров

Согласно Положения о балльно-рейтинговой системе оценки знаний бакалавров баллы выставляются в соответствующих графах журнала (см. «Журнал учета балльно-рейтинговых показателей студенческой группы») в следующем порядке:

«Посещение» - 2 балла за присутствие на занятии без замечаний со стороны преподавателя; 1 балл за опоздание или иное незначительное нарушение дисциплины; 0 баллов за пропуск одного занятия (вне зависимости от уважительности пропуска) или опоздание более чем на 15 минут или иное нарушение дисциплины.

«Активность» - от 0 до 5 баллов выставляется преподавателем за демонстрацию студентом знаний во время занятия письменно или устно, за подготовку домашнего задания, участие в дискуссии на заданную тему и т.д., то есть за работу на занятии. При этом преподаватель должен опросить не менее 25% из числа студентов, присутствующих на практическом занятии.

«Контрольная работа» или «тестирование» - от 0 до 5 баллов выставляется преподавателем по результатам контрольной работы или тестирования группы, проведенных во внеаудиторное время. Предполагается, что преподаватель по согласованию с деканатом проводит подобные мероприятия по выявлению остаточных знаний студентов не реже одного раза на каждые 36 часов аудиторного времени.

«Отработка» - от 0 до 2 баллов выставляется за отработку каждого пропущенного лекционного занятия и от 0 до 4 баллов может быть поставлено преподавателем за отработку студентом пропуска одного практического занятия или практикума. За один раз можно отработать не более шести пропусков (т.е., студенту выставляется не более 18 баллов, если все пропущенные шесть занятий являлись практическими) вне зависимости от уважительности пропусков занятий.

«Пропуски в часах всего» - количество пропущенных занятий за отчетный период умножается на два (1 занятие=2 часам) (заполняется делопроизводителем деканата).

«Пропуски по неуважительной причине» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Попуски по уважительной причине» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Корректировка баллов за пропуски» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Итого баллов за отчетный период» - сума всех выставленных баллов за данный период (графа заполняется делопроизводителем деканата).

Таблица перевода балльно-рейтинговых показателей в отметки традиционной системы оценивания

Соотношение часов лекционных и практических занятий	0/2	1/3	1/2	2/3	1/1	3/2	2/1	3/1	2/0	Соответствие отметки коэффициенту
Коэффициент	1,5	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	«зачтено»

соответствия балльных показателей традиционной отметке										
	1	1	1	1	1	1	1	1	1	«удовлетворительно»
	2	1,75	1,65	1,6	1,5	1,4	1,35	1,25	-	«хорошо»
	3	2,5	2,3	2,2	2	1,8	1,7	1,5	-	«отлично»

Необходимое количество баллов для выставления отметок («зачтено», «удовлетворительно», «хорошо», «отлично») определяется произведением реально проведенных аудиторных часов (n) за отчетный период на коэффициент соответствия в зависимости от соотношения часов лекционных и практических занятий согласно приведенной таблице.

«Журнал учета балльно-рейтинговых показателей студенческой группы» заполняется преподавателем на каждом занятии.

В случае болезни или другой уважительной причины отсутствия студента на занятиях, ему предоставляется право отработать занятия по индивидуальному графику.

Студенту, набравшему количество баллов менее определенного порогового уровня, выставляется оценка "неудовлетворительно" или "не зачтено". Порядок ликвидации задолженностей и прохождения дальнейшего обучения регулируется на основе действующего законодательства РФ и локальных актов КЧГУ.

Текущий контроль по лекционному материалу проводит лектор, по практическим занятиям – преподаватель, проводивший эти занятия. Контроль может проводиться и совместно.

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

а) основная учебная литература

1. Широков, Ю. А. Производственная санитария и гигиена труда : учебник для вузов / Ю. А. Широков. — Санкт-Петербург : Лань, 2020. — 564 с. — ISBN 978-5-8114-5172-2. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/147315
2. Дьякова, Н. А. Гигиена и экология человека : учебник / Н. А. Дьякова, С. П. Гапонов, А. И. Сливкин. — Санкт-Петербург : Лань, 2020. — 300 с. — ISBN 978-5-8114-4572-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/143690

б) дополнительная учебная литература

1. Дубровский В.И. / В.И. Дубровский.- Гигиена физического воспитания и спорта: М.: Владос, 2008.-509 с.
2. Крымская Г.И., Рубан Э.Д. Гигиена и основы экологии – М., 2010.
3. Багнетова Е.А Гигиена физического воспитания и спорта. Курс лекций. Ростов/Д.: Феникс, 2009. – 251 с.Вайнер Э.Н.
4. Валеология: учебник для вузов. М.: Флинта: Наука, 2008. - 416 с.
5. Вайнбаум Я.С., Коваль В.И., Родионов Т.Д. Гигиена физического воспитания и спорта. М., 2009
6. Лаптев А. П., Полиевский С.А. Гигиена. М., 2010
7. Курепина, М. М., Ожигова, А. П. и др. Анатомия человека : учебник для вузов / М. М Курепина, А. П. Ожигова, А. А. Никитина .- М. : Владос , 2008 .- 383 с. : рис.
8. Лушпа, Л. Г.. Курс лекций по анатомии : учеб. пособие / Л. Г. Лушпа ; Кемеровский гос. ун-т .- Кемерово : Кузбассвузиздат , 2007 .- 164 с

Электронные образовательные ресурсы (ЭОР)

Федеральные образовательные порталы:

Медицинская библиотека BooksMed – http://www.booksmed.com/anatomy;
(www.bibliokomplectator.ru) ***http://кчгу.рф/wp-content/*** **ЭБС** библеокоплектатор
http://elibrary.ru/defaultx.asp - Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU (доступ свободный)

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

Вид учебных занятий	Организация деятельности студента
Лекция	Написание конспекта лекций: краткое, схематичное, последовательное фиксирование основных положений, выводов, формулировок, обобщений; выделение ключевых слов, терминов. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначение вопросы, терминов, материала, вызывающего трудности. Если самостоятельно не удается разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии.
Практические занятия	Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом
Контрольная работа/ индивидуальные задания	Знакомство с основной и дополнительной литературой, включая справочные издания, зарубежные источники, конспект основных положений, терминов, сведений, требующих для запоминания и являющихся основополагающими в этой теме. Составление аннотаций к прочитанным литературным источникам и др.
Реферат	Реферат: Поиск литературы и составление библиографии, использование от 3 до 5 научных работ, изложение мнения авторов и своего суждения по выбранному вопросу; изложение основных аспектов проблемы. Ознакомиться со структурой и оформлением реферата.
Коллоквиум	Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам и др.
Самостоятельная работа	Проработка учебного материала занятий лекционного и семинарского типа. Изучение нового материала до его изложения на занятиях. Поиск, изучение и презентация информации по заданной теме, анализ научных источников. Самостоятельное изучение отдельных вопросов тем дисциплины, не рассматриваемых на занятиях лекционного и семинарского типа. Подготовка к текущему контролю, к промежуточной аттестации.
Подготовка к зачету	При подготовке к зачету необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др.

10. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины (модуля)

10.1. Общесистемные требования

Электронная информационно-образовательная среда ФГБОУ ВО «КЧГУ»

http://kchgu.ru - адрес официального сайта университета
https://do.kchgu.ru - электронная информационно-образовательная среда КЧГУ

Электронно-библиотечные системы (электронные библиотеки)

Электронно-библиотечные системы (электронные библиотеки)

Учебный год	Наименование документа с указанием реквизитов	Срок действия документа
2026-2027 учебный год	Электронно-библиотечная система ООО «Знаниум». Договор № 332 от 02.06.2026 г.	от 23.04.2026г. до 11.05.2027г.

	Электронный адрес: https://znanium.com	
2026-2027 учебный год	Электронно-библиотечная система «Лань». Договор № 36 от 19.01.2024 г. Электронный адрес: https://e.lanbook.com	от 11..02.2025г. до 11.02.2026г
2026-2027 учебный год	Электронно-библиотечная система КЧГУ. Положение об ЭБ утверждено Ученым советом от 30.09.2015г. Протокол № 1. Электронный адрес: http://lib.kchgu.ru	Бессрочный
2026-2027 учебный год	Национальная электронная библиотека (НЭБ). Договор №101/НЭБ/1391-п от 22. 02. 2023 г. Электронный адрес: http://rusneb.ru	Бессрочный
2026-2027 учебный год	Научная электронная библиотека «ELIBRARY.RU». Лицензионное соглашение №15646 от 21.10.2016 г. Электронный адрес: http://elibrary.ru	Бессрочный
2026-2027 учебный год	Электронный ресурс Polpred.comОбзор СМИ. Соглашение. Бесплатно. Электронный адрес: http://polpred.com	Бессрочный

10.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины

369200, Карачаево-Черкесская Республика, г.Карачаевск, ул.Ленина,29 корпус 3, ауд. 99
Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации
Специализированная мебель:
столы ученические, стулья, доска меловая.
Технические средства обучения: переносной экран настенный с электроприводом, проектор, ноутбук.

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий практического типа, занятий по практикам, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации
Специализированная мебель:
столы ученические, стулья, доска меловая.
Технические средства обучения: переносной экран настенный с электроприводом, проектор, ноутбук.
Лицензионное программное обеспечение:
- Microsoft Windows (Лицензия № 60290784), бессрочная
- Microsoft Office (Лицензия № 60127446), бессрочная
- ABBY Fine Reader (лицензия № FCRP-1100-1002-3937), бессрочная
- Calculate Linux (внесён в ЕРРП Приказом Минкомсвязи №665 от 30.11.2018-2020), бессрочная
- Google G Suite for Education (IC: 01i1p5u8), бессрочная
- Kaspersky Endpoint Security (Лицензия № 0E26-190214-143423-910-82), с 14.02.2019 по 02.03.2021г.
  Kaspersky Endpoint Security (Лицензия № 280E-210210-093403-420-2061), с 03.03.2021 по 04.03.2023г.

369200, Карачаево-Черкесская Республика, г. Карачаевск, ул. Ленина, 29. Учебный корпус № 3, ауд. 94

Учебная аудитория для проведения занятий практического типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации
Специализированная мебель:
столы ученические, стулья, доска маркерная.
Технические средства обучения: переносной экран настенный с электроприводом, проектор, ноутбук.
Лицензионное программное обеспечение:
- Microsoft Windows (Лицензия № 60290784), бессрочная
- Microsoft Office (Лицензия № 60127446), бессрочная

- ABBY Fine Reader (лицензия № FCRP-1100-1002-3937), бессрочная
- Calculate Linux (внесён в ЕРРП Приказом Минкомсвязи №665 от 30.11.2018-2020), бессрочная
- Google G Suite for Education (IC: 01i1p5u8), бессрочная
- Kaspersky Endpoint Security (Лицензия № 0E26-190214-143423-910-82), с 14.02.2019 по 02.03.2021г.
  Kaspersky Endpoint Security (Лицензия № 280E-210210-093403-420-2061), с 03.03.2021 по 04.03.2023г.
  369200, Карачаево-Черкесская Республика, г. Карачаевск, ул. Ленина, 29. Учебный корпус № 3, ауд. 92.

10.3. Необходимый комплект лицензионного программного обеспечения

1. ABBY FineReader (лицензия №FCRP-1100-1002-3937), бессрочная.
2. Calculate Linux (внесён в ЕРРП Приказом Минкомсвязи №665 от 30.11.2018-2020), бессрочная.
3. GNU Image Manipulation Program (GIMP) (лицензия: №GNU GPLv3), бессрочная.
4. Google G Suite for Education (IC: 01i1p5u8), бессрочная.
5. Kaspersky Endpoint Security (OE26-190214-143423-910-82), с 14.02.2019 по 02.03.2021г.
6. Kaspersky Endpoint Security (лицензия №280E2102100934034202061), с 03.03.2021 по 04.03.2023 г.
7. Kaspersky Endpoint Security (Лицензия № 1CI2-230131-040105-990-2679), с 25.01.2023 г. по 03.03.2025 г.
8. Microsoft Office (лицензия №60127446), бессрочная.
9. Microsoft Windows (лицензия №60290784), бессрочная.

10.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Современные профессиональные базы данных

1. Федеральный портал «Российское образование»- https://edu.ru/documents/
2. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) – http://school-collection.edu.ru/
3. Базы данных Scopus издательства Elsevir http://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic.

Информационные справочные системы

1. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования - http://fgosvo.ru.
2. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР) –http://edu.ru.
3. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) – http://school-collection.edu.ru.
4. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» (ИС «Единое окно») – http://window/edu.ru.

11.Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

В группах, в состав которых входят студенты с ОВЗ, в процессе проведения учебных занятий создается гибкая, вариативная организационно-методическая система обучения, адекватная образовательным потребностям данной категории обучающихся, которая позволяет не только обеспечить преемственность систем общего (инклюзивного) и высшего образования, но и будет способствовать формированию у них компетенций, предусмотренных ФГОС ВО, ускорит темпы профессионального становления, а также будет способствовать их социальной адаптации.

В процессе преподавания учебной дисциплины создается на каждом занятии толерантная социокультурная среда, необходимая для формирования у всех обучающихся гражданской, правовой и профессиональной позиции соучастия, готовности к полноценному общению, сотрудничеству, способности толерантно воспринимать социальные, личностные и культурные различия, в том числе и характерные для обучающихся с ОВЗ.

Посредством совместной, индивидуальной и групповой работы формируется у всех обучающихся активная жизненная позиции и развитие способности жить в мире разных людей и идей, а также обеспечивается соблюдение обучающимися их прав и свобод и признание права другого человека, в том числе и обучающихся с ОВЗ на такие же права.

В процессе овладения обучающимися с ОВЗ компетенциями, предусмотренными рабочей программой дисциплины преподаватель руководствуется следующими принципами построения инклюзивного образовательного пространства:

– Принцип индивидуального подхода, предполагающий выбор форм, технологий, методов и средств обучения и воспитания с учетом индивидуальных образовательных потребностей каждого из обучающихся с ОВЗ, учитывающими различные стартовые возможности данной категории обучающихся (структуру, тяжесть, сложность дефектов развития).

– Принцип вариативной развивающей среды, который предполагает наличие в процессе проведения учебных занятий и самостоятельной работы обучающихся необходимых развивающих и дидактических пособий, средств обучения, а также организацию безбарьерной среды, с учетом структуры нарушения в развитии (нарушения опорно-двигательного аппарата, зрения, слуха и др.).

– Принцип вариативной методической базы, предполагающий возможность и способность использования преподавателем в процессе овладения обучающимися с ОВЗ данной учебной дисциплиной, технологий, методов и средств работы из смежных областей, применение методик и приемов тифло-, сурдо-, логопедии.

– Принцип самостоятельной активности обучающихся с ОВЗ, предполагающий обеспечение самостоятельной познавательной активности данной категории обучающихся посредством дополнения раздела РПД «Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине» заданиями, учитывающими различные стартовые возможности данной категории обучающихся (структуру, тяжесть, сложность дефектов развития).

В группах, в состав которых входят обучающиеся с ОВЗ, в процессе проведения учебных занятий осуществляется учет наиболее типичных проявлений психоэмоционального развития, поведенческих особенностей, свойственных обучающимся с ОВЗ: повышенной утомляемости, инертности эмоциональных реакций, нарушений психомоторной сферы, недостаточное развитие вербальных и невербальных форм коммуникации. В отдельных случаях учитывается их склонность к перепадам настроения, эффективность поведения, повышенный уровень тревожности, склонность к проявлениям агрессии, негативизма.

В группах, в состав которых входят обучающиеся с ОВЗ, в процессе учебных занятий используются технологии, направленные на диагностику уровня и темпов профессионального становления, обучающихся с ОВЗ, а также технологии мониторинга степени успешности формирования у них компетенций, предусмотренных ФГОС ВО при изучении данной учебной дисциплины, используя с этой целью специальные оценочные материалы и формы проведения промежуточной и итоговой аттестации, специальные технические средства, предоставляя обучающимся с ОВЗ дополнительное время для подготовки ответов, привлекая тьютеров).

Материально-техническая база для реализации программы:

1.Мультимедийные средства:

- интерактивные доски «Smart Boarfd», «Toshiba»;
- экраны проекционные на штативе 280*120;

- мультимедиа-проекторы Epson, Benq, Mitsubishi, Aser;

2.Презентационное оборудование:

- радиосистемы AKG, Shure, Quik;
- видеокомплекты Microsoft, Logitech;
- микрофоны беспроводные;
- класс компьютерный мультимедийный на 21 мест;
- ноутбуки Aser, Toshiba, Asus, HP;

Наличие компьютерной техники и специального программного обеспечения: имеются рабочие места, оборудованные рельефно-точечными клавиатурами (шрифт Брайля), программное обеспечение NVDA с функцией синтезатора речи, видеоувеличителем, клавиатурой для лиц с ДЦП, роллером Распределение специализированного оборудования.

11. Лист регистрации изменений

Изменение	Дата и номер ученого совета факультета/института, на котором были рассмотрены вопросы о необходимости внесения изменений	Дата и номер протокола ученого совета Университета, на котором были утверждены изменения
Обновлен договор: 1.Договор № 332 ЭБС ООО «Знаниум» от 02.06.2025г. Действует до 11.06.2026г.		03.06.2026г. протокол № 8