

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Павлов Валентин Николаевич

Должность: Ректор

Дата подписания: 14.06.2024 15:34:29

Уникальный программный ключ:

a562210a8a161d1bc914411e31067c69117a584d7a5b0e6470ae

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

*Кафедра терапии и профессиональных болезней*



**УТВЕРЖДАЮ**

Проректор по учебной работе

Валишин Д.А. / *[Signature]*

2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

Уровень образования

Высшее – *специалитет*

Специальность

*30.05.01 Медицинская биохимия*

Квалификация

*Врач-биохимик*

Форма обучения

*Очная*

Для приема: 2024

Уфа – 2024

При разработке рабочей программы учебной дисциплины в основу положены:

- 1) ФГОС ВО 3 по специальности 30.05.01 Медицинская биохимия (специалитет), утвержденный приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации №998 от 13.08.2020 г.
- 2) Учебный план по специальности 30.05.01 Медицинская биохимия (специалитет), утвержденный Ученым советом ФГБОУ ВО БГМУ Минздрава России от «30» мая 2024 г., протокол № 5.
- 3) Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ №613н от «04» августа 2017 г. «Об утверждении профессионального стандарта «Врач-биохимик».

Рабочая программа учебной дисциплины одобрена на заседании кафедры терапии и профессиональных болезней от «10» 04 2024 г., протокол № 4.

Заведующий кафедрой  А.Б.Бакиров

Рабочая программа одобрена Учебно-методическим советом Центра инновационных образовательных программ от «24» 04 2024г., протокол № 2.

**Председатель УМС**

Центра инновационных

образовательных программ



Титова Т.Н.

(подпись) ФИО

**Разработчики:**

Э.Х.Ахметзянова, профессор кафедры терапии и профессиональных болезней

З.Ф.Гимаева, профессор кафедры терапии и профессиональных болезней

Д.Х.Калимуллина, профессор кафедры терапии и профессиональных болезней

Е.З. Галиева, доцент кафедры терапии и профессиональных болезней

## СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ:

1.	Пояснительная записка	4
1.1.	Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы	4
1.2.	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций	4
2.	Требования к результатам освоения учебной дисциплины	8
2.1.	Типы задач профессиональной деятельности	8
2.2.	Перечень компетенций и индикаторов достижения компетенций с указанием соотнесенных с ними запланированных результатов обучения по дисциплине	8
3.	Содержание рабочей программы	12
3.1.	Объем учебной дисциплины и виды учебной работы	12
3.2.	Перечень разделов учебной дисциплины и компетенций с указанием соотнесенных с ними тем разделов дисциплины	12
3.3.	Разделы учебной дисциплины, виды учебной деятельности и формы контроля	14
3.4.	Название тем лекций и количество часов по семестрам учебной дисциплины	15
3.5.	Название тем практических занятий, в том числе практической подготовки и количество часов по семестрам учебной дисциплины	16
3.6.	Лабораторный практикум	17
3.7.	Самостоятельная работа обучающегося	17
4.	Фонд оценочных материалов для контроля успеваемости и результатов освоения учебной дисциплины	19
4.1.	Перечень компетенций и индикаторов достижения компетенций с указанием соотнесенных с ними запланированных результатов обучения по дисциплине. Описание критериев и шкал оценивания результатов обучения по дисциплине.	19
4.2.	Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценивания результатов обучения по учебной дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций	24
5.	Учебно-методическое и информационное обеспечение учебной дисциплины	28
5.1.	Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения учебной дисциплины	28
5.2.	Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения учебной дисциплины	29
6.	Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по учебной дисциплине	29
6.1.	Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по учебной дисциплине	29
6.2.	Современные профессиональные базы данных, информационные справочные системы	30
6.3.	Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства	31

## 1. Пояснительная записка

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

Учебная дисциплина по выбору «Основы здорового образа жизни» изучается во 2 семестре, относится к вариативной части учебного плана по специальности 30.05.01 Медицинская биохимия

**Целью** освоения учебной дисциплины «Основы здорового образа жизни» является приобретение знаний и навыков, необходимых для формирования у будущих специалистов медико-профилактического направления профессионального профилактического мировоззрения, позитивного отношения к здоровью и здоровому образу жизни, пониманию роли и значения работы с населением по формированию здорового образа жизни, профилактике социально значимых заболеваний, болезней зависимости, в том числе, методами гигиенического воспитания медицинской активности; повышение медицинской активности обучающихся, сохранение и укрепления индивидуального здоровья.

**К задачам** изучения дисциплины следует отнести:

1. Формирование знаний об образе жизни, как ведущем факторе, формирующем здоровье на индивидуальном уровне;
2. Формирование умений: оценки образа жизни и гигиенической грамотности, формирования у населения позитивной мотивации, направленной на сохранение и повышение уровня здоровья, обучения населения основным гигиеническим мероприятиям оздоровительного и профилактического характера с оценкой их эффективности;
3. Формирование навыков применения полученных знаний о здоровом образе жизни в собственной жизни и профессиональной деятельности.

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

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по учебной дисциплине (модулю)
ОПК-1. Способен использовать и применять фундаментальные и прикладные медицинские, естественно-научные знания для постановки и решения стандартных и инновационных задач профессиональной деятельности.	ОПК-1.1. Применяет фундаментальные естественно-научные знания для решения профессиональных задач.	Знать способы применения фундаментальных естественно-научных знаний для решения профессиональных задач. Владеть методами и средствами применения фундаментальных естественно-научных знаний для решения профессиональных задач. Уметь применять фундаментальные естественно-научные знания

		для решения профессиональных задач.
	ОПК-1.2. Применяет прикладные естественно-научные знания для решения профессиональных задач.	Знать способы применения прикладных естественно-научных знаний для решения профессиональных задач. Владеть методами и средствами применения прикладных естественно-научных знаний для решения профессиональных задач. Уметь применять прикладные естественно-научные знания для решения профессиональных задач.
	ОПК-1.3. Применяет фундаментальные медицинские знания для решения профессиональных задач.	Знать способы применения фундаментальных медицинских знаний для решения профессиональных задач. Владеть методами и средствами применения фундаментальных медицинских знаний для решения профессиональных задач. Уметь применять фундаментальные медицинские знания для решения профессиональных задач.
	ОПК-1.4. Применяет прикладные медицинские знания для решения профессиональных задач.	Знать способы применения прикладных медицинских знаний для решения профессиональных задач. Владеть методами и средствами применения прикладных медицинских знаний для решения профессиональных задач. Уметь применять прикладные медицинские знания для решения профессиональных задач.
ПК-13. Способен к выполнению фундаментальных научных биомедицинских	ПК-13.1. Определяет стратегию и проблематику фундаментальных исследований, выбирает	Знать способы определения стратегии и проблематики фундаментальных исследований, выбирать

исследований.	оптимальные способы решения задач, проводит системный анализ объектов исследования, отвечает за правильность и обоснованность выводов, внедрение полученных результатов в практическое здравоохранение	оптимальные способы решения задач, проводить системный анализ объектов исследования, отвечать за правильность и обоснованность выводов, внедрять полученные результаты в практическое здравоохранение Владеть методами и средствами определения стратегии и проблематики фундаментальных исследований, выбирать оптимальные способы решения задач, проводить системный анализ объектов исследования, отвечать за правильность и обоснованность выводов, внедрять полученные результаты в практическое здравоохранение Уметь определять стратегию и проблематику фундаментальных исследований, выбирать оптимальные способы решения задач, проводить системный анализ объектов исследования, отвечать за правильность и обоснованность выводов, внедрять полученные результаты в практическое здравоохранение
	ПК-13.2. Собирает и обрабатывает научную информацию, в результате чего формулирует проверяемые гипотезы в области медицины и биохимии.	Знать способы собирания и обрабатывания научной информации, в результате чего формулировать проверяемые гипотезы в области медицины и биохимии. Владеть методами и средствами собирания и обрабатывания научной информации, в результате чего формулировать проверяемые гипотезы в области медицины и биохимии. Уметь собирать и

		обрабатывать научную информацию, в результате чего формулировать проверяемые гипотезы в области медицины и биохимии.
	ПК-13.3. Проводит исследования, наблюдения, эксперименты, измерения для проверки гипотез в области молекулярной медицины и молекулярной биологии.	Знать способы проведения исследований, наблюдений, экспериментов, измерений для проверки гипотез в области молекулярной медицины и молекулярной биологии. Владеть методами проведения исследований, наблюдений, экспериментов, измерений для проверки гипотез в области молекулярной медицины и молекулярной биологии. Уметь проводить исследования, наблюдения, эксперименты, измерения для проверки гипотез в области молекулярной медицины и молекулярной биологии.
	ПК-13.4. Формулирует выводы по итогам исследований, наблюдений, экспериментов, измерений в области молекулярной медицины и молекулярной биологии.	Знать способы формулирования выводов по итогам исследований, наблюдений, экспериментов, измерений в области молекулярной медицины и молекулярной биологии. Владеть методами и средствами формулирования выводов по итогам исследований, наблюдений, экспериментов, измерений в области молекулярной медицины и молекулярной биологии. Уметь формулировать выводы по итогам исследований, наблюдений, экспериментов, измерений в области молекулярной медицины и молекулярной биологии.
	ПК-13.5. Информировать	Знать способы

	<p>научную общественность о результатах фундаментальных исследований, наблюдений, экспериментов, измерений в области медицины и молекулярной биохимии путем представления их в виде докладов на научных мероприятиях.</p>	<p>информирования научной общественности о результатах фундаментальных исследований, наблюдений, экспериментов, измерений в области медицины и молекулярной биохимии путем представления их в виде докладов на научных мероприятиях. Владеть методами и средствами информирования научной общественности о результатах фундаментальных исследований, наблюдений, экспериментов, измерений в области медицины и молекулярной биохимии путем представления их в виде докладов на научных мероприятиях. Уметь информировать научную общественность о результатах фундаментальных исследований, наблюдений, экспериментов, измерений в области медицины и молекулярной биохимии путем представления их в виде докладов на научных мероприятиях.</p>
<p>ПК-14. Способен к выполнению прикладных и поисковых научных биомедицинских исследований и разработок</p>	<p>ПК-14.1 Определяет стратегию и проблематику фундаментальных исследований, выбирает оптимальные способы решения задач, проводит системный анализ объектов исследования, отвечает за правильность и обоснованность выводов, внедрение полученных результатов в практическое здравоохранение</p>	<p>Знать способы определения стратегии и проблематики фундаментальных исследований, выбирать оптимальные способы решения задач, проводить системный анализ объектов исследования, отвечать за правильность и обоснованность выводов, внедрять полученные результаты в практическое здравоохранение Владеть методами и средствами определения стратегии и проблематики фундаментальных</p>



		<p>исследований, выбора оптимальных способов решения задач, проведения системного анализа объектов исследования, отвечать за правильность и обоснованность выводов, внедрения полученных результатов в практическое здравоохранение</p> <p>Уметь определять стратегию и проблематику фундаментальных исследований, выбирать оптимальные способы решения задач, проводить системный анализ объектов исследования, отвечать за правильность и обоснованность выводов, внедрять полученные результаты в практическое здравоохранение</p>
	<p>ПК-14.2. Организует работу проектной (исследовательской) команды для поиска и применения знаний в рамках выбранной проблематики с целью решения задач развития профессиональной деятельности</p>	<p>Знать способы организации работы проектной (исследовательской) команды для поиска и применения знаний в рамках выбранной проблематики с целью решения задач развития профессиональной деятельности</p> <p>Владеть методами и средствами организации работы проектной (исследовательской) команды для поиска и применения знаний в рамках выбранной проблематики с целью решения задач развития профессиональной деятельности</p> <p>Уметь организовывать работу проектной (исследовательской) команды для поиска и применения знаний в рамках выбранной проблематики с целью решения задач развития профессиональной деятельности</p>
	<p>ПК-14.3. Разрабатывает и</p>	<p>Знать способы</p>

	<p>выполняет прикладные и поисковые научные биомедицинские исследования.</p>	<p>разрабатывания и выполнения прикладных и поисковых научных биомедицинских исследований.  Владеть методами и средствами разрабатывания и выполнения прикладных и поисковых научных биомедицинских исследований.  Уметь разрабатывать и выполнять прикладные и поисковые научные биомедицинские исследования.</p>
	<p>ПК-14.4. Информировать научную общественность о результатах прикладных и поисковых исследований, наблюдений, экспериментов, измерений в области молекулярной медицины и молекулярной биологии путем публикации их в рецензируемых научных изданиях.</p>	<p>Знать способы информирования научной общественности о результатах прикладных и поисковых исследований, наблюдений, экспериментов, измерений в области молекулярной медицины и молекулярной биологии путем публикации их в рецензируемых научных изданиях.  Владеть методами и средствами информирования научной общественности о результатах прикладных и поисковых исследований, наблюдений, экспериментов, измерений в области молекулярной медицины и молекулярной биологии путем публикации их в рецензируемых научных изданиях.  Уметь информировать научную общественность о результатах прикладных и поисковых исследований, наблюдений, экспериментов, измерений в области молекулярной медицины и молекулярной биологии путем публикации их в рецензируемых научных изданиях.</p>

## 2. Требования к результатам освоения учебной дисциплины

### 2.1. Типы задач профессиональной деятельности

Задачи профессиональной деятельности, которые лежат в основе преподавания учебной дисциплины: научно-исследовательские, педагогические, организационно-управленческие, производственно-технологические.

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

№ п/п	Номер/ индекс компетенции (или его части) и ее содержание	Номер индикатора компетенции (или его части) и его содержание	Индекс трудовой функции и ее содержание	Перечень практических навыков по овладению компетенцией	Оценочные средства
1	2	3	4	5	6
1	ОПК-1. Способен использовать и применять фундаментальные и прикладные медицинские, естественно-научные знания для постановки и решения стандартных и инновационных задач профессиональной деятельности.	ОПК-1.1. Применяет фундаментальные естественно-научные знания для решения профессиональных задач.	A/01.7 A/02.7 A/03.7 A/04.7 A/06.7 B/01.7 D/01.2 D/02.7	Применение фундаментальных естественно-научных знаний для решения профессиональных задач.	Тестовые задания Ситуационные задачи Контрольные вопросы
		ОПК-1.2. Применяет прикладные естественно-научные знания для решения профессиональных задач.	A/01.7 A/02.7 A/03.7 A/04.7 A/06.7 B/01.7 D/01.2 D/02.7	Применение прикладных естественно-научных знаний для решения профессиональных задач.	Тестовые задания Ситуационные задачи Контрольные вопросы
		ОПК-1.3. Применяет фундаментальные медицинские знания для	A/01.7 A/02.7 A/03.7 A/04.7 A/06.7	Применение фундаментальных медицинских знаний для	Тестовые задания Ситуационные задачи

		решения профессиональных задач.	B/01.7 D/01.2 D/02.7	решения профессиональных задач.	Контрольные вопросы
		ОПК-1.4. Применяет прикладные медицинские знания для решения профессиональных задач.	A/01.7 A/02.7 A/03.7 A/04.7 A/06.7 B/01.7 D/01.2 D/02.7	Применение прикладных медицинских знания для решения профессиональных задач.	Тестовые задания Ситуационные задачи Контрольные вопросы
2	ПК-13. Способен к выполнению фундаментальных научных биомедицинских исследований.	ПК-13.1. Определяет стратегию и проблематику фундаментальных исследований, выбирает оптимальные способы решения задач, проводит системный анализ объектов исследования, отвечает за правильность и обоснованность выводов, внедрение полученных результатов в практическое здравоохранение	D/01.7	Определение стратегии и проблематики фундаментальных исследований, выбор оптимальных способов решения задач, проведение системного анализа объектов исследования, ответственность за правильность и обоснованность выводов, внедрение полученных результатов в практическое здравоохранение	Тестовые задания Ситуационные задачи Контрольные вопросы
		ПК-13.2. Собирает и обрабатывает научную информацию, в результате чего формулирует проверяемые гипотезы в области медицины и биохимии.	D/01.7	Собирание и обрабатывание научной информации, в результате чего формулируются проверяемые гипотезы в области медицины и биохимии.	Тестовые задания Ситуационные задачи Контрольные вопросы
		ПК-13.3. Проводит исследования,	D/01.7	Проведение исследований,	Тестовые

		наблюдения, эксперименты, измерения для проверки гипотез в области молекулярной медицины и молекулярной биологии.		наблюдений, экспериментов, измерений для проверки гипотез в области молекулярной медицины и молекулярной биологии.	задания Ситуационные задачи Контрольные вопросы
		ПК-13.4. Формулирует выводы по итогам исследований, наблюдений, экспериментов, измерений в области молекулярной медицины и молекулярной биологии.	D/01.7	Формулирование выводов по итогам исследований, наблюдений, экспериментов, измерений в области молекулярной медицины и молекулярной биологии.	Тестовые задания Ситуационные задачи Контрольные вопросы
		ПК-13.5. Информирует научную общественность о результатах фундаментальных исследований, наблюдений, экспериментов, измерений в области медицины и молекулярной биохимии путем представления их в виде докладов на научных мероприятиях.	D/01.7	Информирование научной общественности и о результатах фундаментальных исследований, наблюдений, экспериментов, измерений в области медицины и молекулярной биохимии путем представления их в виде докладов на научных мероприятиях.	Тестовые задания Ситуационные задачи Контрольные вопросы
3	ПК-14. Способен к выполнению прикладных и поисковых научных биомедицинских исследований и разработок	ПК-14.1 Определяет стратегию и проблематику фундаментальных исследований, выбирает оптимальные способы решения задач, проводит	D/02.7	Определение стратегии и проблематики фундаментальных исследований, выбор оптимальных способов решения задач,	Тестовые задания Ситуационные задачи Контрольные вопросы

		системный анализ объектов исследования, отвечает за правильность и обоснованность выводов, внедрение полученных результатов в практическое здравоохранение		проведение системного анализа объектов исследования, ответ за правильность и обоснованность выводов, внедрение полученных результатов в практическое здравоохранение	
		ПК-14.2. Организует работу проектной (исследовательской) команды для поиска и применения знаний в рамках выбранной проблематики с целью решения задач развития профессиональной деятельности	D/02.7	Организация работы проектной (исследовательской) команды для поиска и применения знаний в рамках выбранной проблематики с целью решения задач развития профессиональной деятельности	Тестовые задания Ситуационные задачи Контрольные вопросы
		ПК-14.3. Разрабатывает и выполняет прикладные и поисковые научные биомедицинские исследования.	D/02.7	Разрабатывает и выполняет прикладные и поисковые научных биомедицинских исследований.	Тестовые задания Ситуационные задачи Контрольные вопросы
		ПК-14.4. Информирует научную общественность о результатах прикладных и поисковых исследований, наблюдений, экспериментов, измерений в области молекулярной	D/02.7	Информирование научной общественности о результатах прикладных и поисковых исследований, наблюдений, экспериментов, измерений в области молекулярной	Тестовые задания Ситуационные задачи Контрольные вопросы

		медицины и молекулярной биологии путем публикации их в рецензируемых научных изданиях.		молекулярной биологии путем публикации их в рецензируемых научных изданиях.	
--	--	--	--	---	--

### 3. Содержание рабочей программы

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

Вид учебной работы	Всего часов/зачетных единиц	Семестры
		часов
		2
1	2	3
Контактная работа (всего), в том числе:	48/1,3	48
Лекции (Л)	14/0,35	14
Практические занятия (ПЗ)	34/0,94	34
<b>Самостоятельная работа обучающихся (СРО),</b> в том числе:	24/0,7	24
Подготовка к занятиям (ПЗ)	10/0,3	10
Подготовка к текущему контролю (ПТК)	8/0,2	8
Подготовка к промежуточному контролю (ППК)	-	-
Вид промежуточной аттестации	зачет (З)	3
	экзамен (Э)	-
ИТОГО: Общая трудоемкость	час.	72
	ЗЕТ	2 з.е.

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

№п/п	Индекс компетенции	Наименование раздела учебной дисциплины	Содержание раздела (темы разделов)
1	ОПК-1 ПК-13 ПК-14	Введение в дисциплину. Основные понятия «ЗОЖ» (здорового образа жизни), как одного из	1.1. Факторы, определяющие здоровье и болезнь. Основные методы оценки индивидуального здоровья людей различных возрастных групп. Методика антропометрических и антропоскопических исследований. 1.2. Принципы пропаганды здорового образа

		способов жизнедеятельности.	<p>жизни. Организация общественных акций по пропаганде здорового образа жизни. Общие принципы профилактики заболеваний и мероприятия по оздоровлению организма.</p> <p>1.3. Здоровый образ жизни: определение, пути организации. Социальная престижность здоровья. Здоровье человека, как совокупность всех видов благополучия - биологического, психического, социального. Системный подход к оценке образа жизни человека Концепция факторов риска и образа жизни. Факторы окружающей среды - физические, химические, биологические, психосоциальные. Понятие о средах воздействия, путях воздействия. Вклады различных факторов в формировании индивидуального здоровья.</p> <p>1.4. Гигиенические подходы к формированию здоровья и здорового образа жизни. Значение гигиенического воспитания в формирование здорового образа жизни. Виды и формы санитарно-просветительной работы по формированию ЗОЖ, их характеристика.</p>
2	ОПК-1 ПК-13 ПК-14	Высшая нервная деятельность человека.	<p>2.1. Культура межличностного общения. Микроклимат в коллективе как фактор психического здоровья.</p> <p>2.2. Стрессовые состояния. Соматические и поведенческие реакции на стресс. Профилактика стресса. Клиническая анатомия головного мозга.</p> <p>2.3. Негативные эмоциональные состояния, гнев и враждебность, тревожные и депрессивные состояния – причины возникновения различных заболеваний. Методики аутотренинга в поддержании физического и психологического здоровья.</p> <p>2.4. Развитие и anomalies развития нервной системы.</p>
3	ОПК-1 ПК-13 ПК-14	Двигательная активность и здоровье.	<p>3.1. Обоснование биологической потребности организма в достаточной двигательной активности.</p> <p>3.2. Гиподинамия. Гипокинезия. Основные принципы организации оздоровительной физической тренировки.</p> <p>3.3. Развитие и anomalies развития опорно-двигательного аппарата.</p>
4	ОПК-1 ПК-13 ПК-14	Социальное и биологическое значение вредных привычек	<p>8.1. Влияние вредных привычек на развитие anomalies внутренних органов.</p> <p>8.2. Влияние вредных привычек (табакокурения, употребления алкоголя и наркотиков) на физическое, психическое и «социальное» здоровье человека и общества в целом.</p> <p>8.3. Наркотические и токсические вещества, их</p>



			<p>отрицательное влияние на организм человека. Распространенность наркомании и токсикомании в обществе. Меры профилактики борьба с употреблением наркотических и токсических веществ. Морфологические структуры головного мозга, участвующие в формировании наркотической зависимости у человека.</p> <p>Курение как фактор риска в развитии заболеваний сердечно-сосудистой и других систем организма человека.</p> <p>8.4. Табакокурение и онкологические заболевания. Пассивное курение. Курение и вред здоровью детей. Аномалии и особенности развития дыхательной системы.</p> <p>8.5. Алкоголь. Основные риски, связанные с употреблением алкоголя. Способы профилактики бытового пьянства и алкоголизма. Наиболее эффективные методы антиалкогольной пропаганды. Органы-мишени при употреблении алкоголя человеком.</p>
5	ОПК-1 ПК-13 ПК-14	Социальное и биологическое значение вредных привычек	<p>8.2. Влияние вредных привычек на развитие аномалий внутренних органов.</p> <p>8.2. Влияние вредных привычек (табакокурения, употребления алкоголя и наркотиков) на физическое, психическое и «социальное» здоровье человека и общества в целом.</p> <p>8.3. Наркотические и токсические вещества, их отрицательное влияние на организм человека. Распространенность наркомании и токсикомании в обществе. Меры профилактики борьба с употреблением наркотических и токсических веществ. Морфологические структуры головного мозга, участвующие в формировании наркотической зависимости у человека.</p> <p>Курение как фактор риска в развитии заболеваний сердечно-сосудистой и других систем организма человека.</p> <p>8.4. Табакокурение и онкологические заболевания. Пассивное курение. Курение и вред здоровью детей. Аномалии и особенности развития дыхательной системы.</p> <p>8.5. Алкоголь. Основные риски, связанные с употреблением алкоголя. Способы профилактики бытового пьянства и алкоголизма. Наиболее эффективные методы антиалкогольной пропаганды. Органы-мишени при употреблении алкоголя человеком.</p>
6	ОПК-1 ПК-13 ПК-14	Закаливание организма. Понятие, значение.	10.1. Виды закаливания организма человека, их влияние на функционирование сердечно-сосудистой и иммунной систем.

		Основные принципы.	10.2. Основные принципы организации и проведения закаливания. Развитие и аномалии развития сердечно-сосудистой системы. 10.3. Средства и способы. Методика закаливания воздухом, водой, солнцем. Оценка эффективности закаливания.
--	--	--------------------	---

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

№ п/п	№ семестра	Наименование раздела учебной дисциплины (модуля)	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу обучающихся (в часах)					Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра)
			Л	ЛП	ПЗ	СРО	Всего	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	2	Введение в дисциплину. Основные понятия «ЗОЖ» (здорового образа жизни), как одного из способов жизнедеятельности.	2	-	4	-	6	1-3 письменное тестирование, устный опрос, контроль выполнения СРО, реферат 4 - компьютерное тестирование; решение ситуационных задач, контрольное занятие
2	2	Высшая нервная деятельность человека.	2	-	8	5	15	1-3 письменное тестирование, устный опрос, контроль выполнения СРО, реферат 4 - компьютерное тестирование; решение ситуационных задач, контрольное занятие
3	2	Двигательная активность и здоровье.	2	-	4	5	11	1-3 - письменное тестирование, устный опрос, контроль выполнения СРО, реферат 4 - компьютерное

								тестирование; решение ситуационных задач, контрольное занятие
4	2	Социальное и биологическое значение вредных привычек.	5	-	6	5	16	1-3 - письменное тестирование, устный опрос, контроль выполнения СРО, реферат 4 - компьютерное тестирование; решение ситуационных задач, контрольное занятие
5	2	Личная гигиена как компонент здорового образа жизни	2	-	8	4	14	1-3 - письменное тестирование, устный опрос, контроль выполнения СРО, реферат 4 - компьютерное тестирование; решение ситуационных задач, контрольное занятие
6	2	Закаливание организма. Понятие, значение. Основные принципы.	2	-	4	4	10	1-3 - письменное тестирование, устный опрос, контроль выполнения СРО, реферат 4 - компьютерное тестирование; решение ситуационных задач, контрольное занятие
		<b>ИТОГО</b>	<b>15</b>	<b>-</b>	<b>34</b>	<b>23</b>	<b>72</b>	<b>зачет</b>

### 3.2. Название тем лекций и количество часов по семестрам изучения

**учебной дисциплины (модуля).**

№ п/п	Название тем лекций учебной дисциплины (модуля)	Семестр 2
		Объем в АЧ
1	2	3
1	Введение в дисциплину. Основные понятия здорового образа жизни	1
2	Психология здорового образа жизни	1
3	Здоровый образ жизни: спорт и физическая культура	1
4	Факторы риска болезней системы кровообращения и их профилактика	2
5	Психосоциальные факторы и производственный стресс	1
6	Социальное и биологическое значение вредных привычек	1
7	Профилактика неинфекционных заболеваний. Закаливание организма. Понятие, значение. Основные принципы.	1
8	Гигиена половой жизни. Инфекции, передающиеся половым путем (ИППП). Меры профилактики.	1
9	Социально-правовые аспекты проблемы ВИЧ/СПИД. Меры профилактики.	2
10	Алкоголь, курение, наркотические и токсические вещества: отрицательное влияние на организм человека. Меры профилактики.	2
11	Курение как фактор риска в развитии заболеваний органов дыхания, кровообращения и др. Меры профилактики.	2
	<b>ИТОГО</b>	<b>15</b>

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

№ п/п	Название тем практических занятий учебной дисциплины (модуля)	Семестр 2
		Объем в АЧ
1	2	3
1.	Введение в дисциплину. Основные понятия «ЗОЖ».	4
2.	Высшая нервная деятельность человека: культура межличностного общения. Микроклимат в коллективе как фактор психического здоровья.	4
3.	Стрессовые состояния. Соматические и поведенческиереакции на стресс. Методики аутотренинга в поддержании физического и психологического здоровья.	4
4.	Двигательная активность и здоровье: обоснование биологической потребности организма в достаточной двигательной активности.	4
5.	Развитие и аномалии развития опорно-двигательного аппарата.	4
6.	Алкоголь, курение, наркотические и токсические вещества: их отрицательное влияние на организм человека.	4

7.	Личная гигиена как компонент здорового образа жизни: гигиена тела и кожи.	4
8.	Гигиена половой жизни. Инфекции, передающиеся половым путем (ИППП). Меры профилактики.	4
9.	Закаливание организма. Понятие, значение. Основные принципы.	2
	<b>ИТОГО</b>	<b>34</b>

### 3.6. Лабораторный практикум

Не предусмотрено учебным планом.

### 3.7. Самостоятельная работа обучающегося

#### 3.7.1. Виды СРО (ВНЕАУДИТОРНАЯ РАБОТА)

№ п/п	№ семестра	Наименование раздела учебной дисциплины (модуля)	Виды СРО	Всего часов
1	2	3	4	5
1.	2	Электромагнитное поле и его влияющие на здоровье человека	подготовка к занятию, подготовка к текущему контролю	3
2.	2	Закономерности и механизмы старения	подготовка к занятию, подготовка к текущему контролю	3
3.	2	Значение белков, жиров и углеводов в питании больного и здорового человека	подготовка к занятию, подготовка к текущему контролю	3
4.	2	Производственная среда и ее роль в этиологии заболевания	подготовка к занятию, подготовка к текущему контролю	3
5.	2	Вредное воздействие нитратов и нитритов на организм человека	подготовка к занятию, подготовка к текущему контролю	3
6.	2	Понятия «норма», «гомеостаз», «адаптация»	подготовка к занятию, подготовка к текущему контролю	3
7.	2	Восстановление внутреннего резерва организма после выполнения физических нагрузок	подготовка к занятию, подготовка к текущему контролю	3
8.	2	Пищевые добавки: польза и вред	подготовка к занятию, подготовка к текущему контролю	2
<b>ИТОГО часов в семестре:</b>				<b>23</b>

#### 3.7.2. Примерная тематика контрольных вопросов

## Семестр № 2

1. Здоровье и факторы его формирования.
2. Аборт и его последствия.
3. Алкогольные психозы.
4. Белки, жиры, углеводы, минеральные вещества, витамины, вода, их значение в питании.
5. Биологические аспекты здорового образа жизни.
6. Биологический возраст человека.
7. Важнейшие условия здорового образа жизни.
8. Ведущие факторы, определяющие болезни современности: гиподинамия.
9. Виды дыхания (верхнее дыхание, среднее дыхание, нижнее дыхание).
10. Виды нарушения осанки у детей.
11. Влияние дыхательных упражнений на организм.
12. Влияние на здоровье оптимальной двигательной активности, гипокинезии и гиперкинезии.
13. Вред курения и алкоголя
14. Границы применения понятий «здоровье» и «болезнь».
15. Возрастные особенности двигательной активности.
16. Домашнее питание и питание вне дома: достоинства и недостатки.
17. Закаливание организма водными процедурами.
18. Закаливание организма дозированными солнечными воздействиями.
19. Здоровье индивидуальное и общественное, их характеристики.
20. Курение и заболевания периферических сосудов.
21. Курение и онкологические заболевания.
22. Курение и патология органов дыхания.
23. Методы контрацепции.
24. Наследственность как фактор здоровья.
25. Нравственное здоровье.
26. Окружающая среда и здоровье человека.
27. Основные принципы организации оздоровительной физической тренировки.
28. Основные факторы, определяющие здоровье обучающихся.
29. Особенности питания в разные возрастные периоды и в зависимости от деятельности.
30. Репродуктивное здоровье, его проблемы и безопасность.
31. Понятие о рациональном, сбалансированном питании
32. Поддержание здорового состояния позвоночника.
33. Подростковая наркомания. Медико-биологические и социальные проблемы.
34. Подростковая токсикомания. Медико-биологические и социальные проблемы.
35. Понятие об этиологии и патогенезе болезни.
36. Принципы и нормы рационального питания.
37. Проблемы полового воспитания детей в разном возрасте.
38. Проблемы формирования здорового образа жизни на этапах развития человека.
39. Психическое здоровье - состояние психической сферы человека.
40. Стресс и его профилактика.
41. Факторы риска отрицательно влияющие на здоровье.
42. Физическая культура и ее оздоровительное значение.
43. Физический, социальный и психологические аспекты здоровья.
44. Характеристика долговременного эффекта адаптации.
45. Сон. Сновидения. Гипноз.
46. Электромагнитное поле и его влияющие на здоровье человека.
47. Роль семьи в системе здорового образа жизни.
48. Личная и общественная гигиена.

49. Оценка здоровья, ее методы.

50. Подходы к организации и проведению оздоровительной физической тренировки в разные возрастные периоды.

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

##### 4.1. Перечень компетенций и индикаторов достижения компетенций с указанием соотнесенных с ними запланированных результатов обучения по дисциплине. Описание критериев и шкал оценивания результатов обучения по дисциплине.

Код и формулировка компетенции: ОПК-1. Способен использовать и применять фундаментальные и прикладные медицинские, естественно-научные знания для постановки и решения стандартных и инновационных задач профессиональной деятельности.

ПК-13. Способен к выполнению фундаментальных научных биомедицинских исследований.

ПК-14. Способен к выполнению прикладных и поисковых научных биомедицинских исследований и разработок

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине	Критерии оценивания результатов обучения	
		Не зачтено	Зачтено
ОПК-1. Способен использовать и применять фундаментальные и прикладные медицинские, естественно-научные знания для постановки и решения стандартных и инновационных задач профессиональной деятельности.	Знать способы использования и применения фундаментальных и прикладных медицинских, естественно-научных знаний для постановки и решения стандартных и инновационных задач профессиональной деятельности.	Не знает способы использования и применения фундаментальных и прикладных медицинских, естественно-научных знаний для постановки и решения стандартных и инновационных задач профессиональной деятельности.	Хорошо знает способы использования и применения фундаментальных и прикладных медицинских, естественно-научных знаний для постановки и решения стандартных и инновационных задач профессиональной деятельности.
	Уметь использовать и применять фундаментальные и прикладные медицинские, естественно-научные знания для постановки и решения стандартных и	Умеет использовать и применять фундаментальные и прикладные медицинские, естественно-научные знания для постановки и	Хорошо умеет использовать и применять фундаментальные и прикладные медицинские, естественно-научные

	инновационных задач профессиональной деятельности.	и решения стандартных и инновационных задач профессиональной деятельности.	знания для постановки и решения стандартных и инновационных задач профессиональной деятельности.
	Владеть способами использования и применения фундаментальных и прикладных медицинских, естественно-научных знаний для постановки и решения стандартных и инновационных задач профессиональной деятельности.	Владеет способами использования и применения фундаментальных и прикладных медицинских, естественно-научных знаний для постановки и решения стандартных и инновационных задач профессиональной деятельности.	Хорошо владеет способами использования и применения фундаментальных и прикладных медицинских, естественно-научных знаний для постановки и решения стандартных и инновационных задач профессиональной деятельности.
ПК-13. Способен к выполнению фундаментальных научных биомедицинских исследований.	Знать способы выполнения фундаментальных научных биомедицинских исследований.	Не знает способы выполнения фундаментальных научных биомедицинских исследований.	Хорошо знает способы выполнения фундаментальных научных биомедицинских исследований.
	Уметь выполнять фундаментальные научные биомедицинские исследования.	Не умеет выполнять фундаментальные научные биомедицинские исследования.	Хорошо умеет выполнять фундаментальные научные биомедицинские исследования.
	Владеть методами выполнения фундаментальных научных биомедицинских исследований.	Не владеет методами выполнения фундаментальных научных биомедицинских исследований.	Хорошо владеет методами выполнения фундаментальных научных биомедицинских исследований.
ПК-14. Способен к выполнению прикладных и поисковых научных биомедицинских исследований и разработок.	Знать способы выполнения прикладных и поисковых научных биомедицинских исследований и разработок.	Не знает способы выполнения прикладных и поисковых научных биомедицинских исследований и разработок.	Хорошо знает способы выполнения прикладных и поисковых научных биомедицинских исследований и разработок.



	Уметь выполнять прикладные и поисковые научные биомедицинские исследования и разработки.	Не умеет выполнять прикладные и поисковые научные биомедицинские исследования и разработки.	Хорошо умеет выполнять прикладные и поисковые научные биомедицинские исследования и разработки.
	Владеть методами выполнения прикладных и поисковых научных биомедицинских исследований и разработок.	Не владеет методами выполнения прикладных и поисковых научных биомедицинских исследований и разработок.	Хорошо владеет методами выполнения прикладных и поисковых научных биомедицинских исследований и разработок.

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

<b>Код и наименование индикатора достижения компетенции</b>	<b>Результаты обучения по дисциплине</b>	<b>Оценочные средства Тесты (Т)</b>
ОПК-1.1. Применять фундаментальные естественно-научные знания для решения профессиональных задач.	Применяет фундаментальные естественно-научные знания для решения профессиональных задач.	Тестовые задания Ситуационные задачи Контрольные вопросы
ОПК-1.2. Применять прикладные естественно-научные знания для решения профессиональных задач.	Применяет прикладные естественно-научные знания для решения профессиональных задач.	Тестовые задания Ситуационные задачи Контрольные вопросы
ОПК-1.3. Применять фундаментальные медицинские знания для решения профессиональных задач.	Применяет фундаментальные медицинские знания для решения профессиональных задач.	Тестовые задания Ситуационные задачи Контрольные вопросы
ОПК-1.4. Применять прикладные медицинские знания для решения профессиональных задач.	Применяет прикладные медицинские знания для решения профессиональных задач.	Тестовые задания Ситуационные задачи Контрольные вопросы
ПК-13.1. Определять стратегию и проблематику фундаментальных исследований, выбирает	Определяет стратегию и проблематику фундаментальных исследований, выбирает оптимальные способы	Тестовые задания Ситуационные задачи Контрольные вопросы

оптимальные способы решения задач, проводит системный анализ объектов исследования, отвечает за правильность и обоснованность выводов, внедрение полученных результатов в практическое здравоохранение	решения задач, проводит системный анализ объектов исследования, отвечает за правильность и обоснованность выводов, внедрение полученных результатов в практическое здравоохранение	
ПК-13.2. Собирать и обрабатывать научную информацию, в результате чего формулирует проверяемые гипотезы в области медицины и биохимии.	Собирает и обрабатывает научную информацию, в результате чего формулирует проверяемые гипотезы в области медицины и биохимии.	Тестовые задания Ситуационные задачи Контрольные вопросы
ПК-13.3. Проводить исследования, наблюдения, эксперименты, измерения для проверки гипотез в области молекулярной медицины и молекулярной биологии.	Проводит исследования, наблюдения, эксперименты, измерения для проверки гипотез в области молекулярной медицины и молекулярной биологии.	Тестовые задания Ситуационные задачи Контрольные вопросы
ПК-13.4. Формулировать выводы по итогам исследований, наблюдений, экспериментов, измерений в области молекулярной медицины и молекулярной биологии.	Формулирует выводы по итогам исследований, наблюдений, экспериментов, измерений в области молекулярной медицины и молекулярной биологии.	Тестовые задания Ситуационные задачи Контрольные вопросы
ПК-13.5. Информировать научную общественность о результатах фундаментальных исследований, наблюдений, экспериментов, измерений в области медицины и молекулярной биохимии путем представления их в виде докладов на научных мероприятиях.	Информирует научную общественность о результатах фундаментальных исследований, наблюдений, экспериментов, измерений в области медицины и молекулярной биохимии путем представления их в виде докладов на научных мероприятиях.	Тестовые задания Ситуационные задачи Контрольные вопросы
ПК-14.1 Определять стратегию и проблематику фундаментальных	Определяет стратегию и проблематику фундаментальных исследований, выбирает	Тестовые задания Ситуационные задачи Контрольные вопросы

исследований, выбирает оптимальные способы решения задач, проводит системный анализ объектов исследования, отвечает за правильность и обоснованность выводов, внедрение полученных результатов в практическое здравоохранение	оптимальные способы решения задач, проводит системный анализ объектов исследования, отвечает за правильность и обоснованность выводов, внедрение полученных результатов в практическое здравоохранение	
ПК-14.2. Организовать работу проектной (исследовательской) команды для поиска и применения знаний в рамках выбранной проблематики с целью решения задач развития профессиональной деятельности	Организовывает работу проектной (исследовательской) команды для поиска и применения знаний в рамках выбранной проблематики с целью решения задач развития профессиональной деятельности	Тестовые задания Ситуационные задачи Контрольные вопросы
ПК-14.3. Разрабатывать и выполнять прикладные и поисковые научные биомедицинские исследования.	Разрабатывает и выполняет прикладные и поисковые научные биомедицинские исследования.	Тестовые задания Ситуационные задачи Контрольные вопросы
ПК-14.4. Информировать научную общественность о результатах прикладных и поисковых исследований, наблюдений, экспериментов, измерений в области молекулярной медицины и молекулярной биологии путем публикации их в рецензируемых научных изданиях.	Информирует научную общественность о результатах прикладных и поисковых исследований, наблюдений, экспериментов, измерений в области молекулярной медицины и молекулярной биологии путем публикации их в рецензируемых научных изданиях.	Тестовые задания Ситуационные задачи Контрольные вопросы

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

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

#### Основная литература

№ п/п	Наименование	Автор (ы)	Год, место издания	Кол-во экземпляров
-------	--------------	-----------	--------------------	--------------------

				в библиотеке	на кафедре
1	2	3	4	5	6
1	Гигиена [Электронный ресурс]: учебник	Под общей ред. Г.И. Румянцева.	- 2-е изд., перераб. и доп. - Электрон. текстовые дан. - М. : ГЭОТАР-МЕДИА, 2009. - on-line. - Режимдоступа: ЭБС «Консультант студента» <a href="http://www.studmedlib.ru/book/ISBN9785970411698.html">http://www.studmedlib.ru/book/ISBN9785970411698.html</a>	Неограниченный доступ	
2	Физическая культура [Текст]: учебник	И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов.	М.: Издательство Юрайт, 2016. - 492 с., [1] с.: ил.	10	2
3	Физическая культура [Текст]: учебник	А. Б. Муллер [и др.].	М.: Юрайт, 2016. - 424 с.: ил.	10	2

### Дополнительная литература

№ п/п	Наименование	Автор (ы)	Год, место издания	Кол-во экземпляров	
				в библиотеке	на кафедре
1	2	3	4	5	6
1	Роль центров здоровья в повышении профилактической	под ред. А. Я. Крюковой	ГБОУ ВПО «Баш. гос. мед. ун-т» МЗ РФ ; - Электрон. текстовые дан. - Уфа, 2015. - on-	Неограниченный доступ	

	активности населения [Электронный ресурс]		line. - Режим доступа: БД «Электронная учебная библиотека» <a href="http://library.bashgmu.ru/elibdoc/elib616.pdf">http://library.bashgmu.ru/elibdoc/elib616.pdf</a>	
2	Формирование здорового образа жизни у детей и подростков [Электронный ресурс]	С. В. Шагарова, А. Г. Муталов, Г. П. Ширяева.	ГОУ ВПО БГМУ. - Электрон. текстовые дан. - Уфа, 2011. - on-line. - Режим доступа: БД «Электронная учебная библиотека» <a href="http://library.bashgmu.ru/elibdoc/elib356.doc">http://library.bashgmu.ru/elibdoc/elib356.doc</a>	Неограниченный доступ
3	Электронно-библиотечная система «Консультант студента» для ВПО		<a href="http://www.studmedlib.ru">www.studmedlib.ru</a>	Неограниченный доступ
4	Электронно-библиотечная система eLIBRARY. Коллекция российских научных журналов по медицине и здравоохранению		<a href="http://library.bashgmu.ru">http://library.bashgmu.ru</a>	Неограниченный доступ
5	База данных «Электронная учебная библиотека»		<a href="https://dlib.eastview.com/">https://dlib.eastview.com/</a>	Неограниченный доступ

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

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

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

Использование учебных комнат и лабораторий для работы обучающихся.  
Специальная мебель: рабочее место для преподавателя (1 стол, 1 стул); рабочее место для

обучающихся (письменные столы (парты), парты на 25 посадочных мест); письменная доска, компьютер, мультимедийный проектор, экран, стенды с учебно-методическими материалами, демонстрационный и справочный материал.

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

**Таблица**

№ п/п	Наименование вида образования, уровня образования, профессии, специальности, направления подготовки (для профессионального образования), подвида дополнительного образования	Наименование объекта, подтверждающего наличие материально-технического обеспечения, с перечнем основного оборудования	Адрес (местоположение) объекта, подтверждающего наличие материально-технического обеспечения, (с указанием номера такового объекта в соответствии с документами по технической инвентаризации)
1	2	3	4
1	Основы здорового образа жизни	<p>Лекционные аудитории:                      - ФГБОУ ВО БГМУ МИНЗДРАВА РОССИИ, ул. Ленина, д.3. тел.272-41-73, корпус 10, 1 этаж - 150 посадочных мест, 3 этаж - на 150 посадочных мест.                      - ФБУН «УфНИИ МТ и ЭЧ», ул. Кувыкина, 94, тел. 255-18-12 - конференц-зал на 1 этаже основного корпуса - на 120 посадочных мест.</p> <p>Практические занятия проводятся на кафедре терапии и профессиональных болезней с курсом ИДПО ФГБОУ ВО БГМУ МИНЗДРАВА РОССИИ, расположенной на базе ФБУН «УфНИИ Медицины Труда и Экологии Человека» ул. Кувыкина, 94. Этаж 2. Учебная аудитория № 248.</p> <p>Оборудование: учебная мебель на 25 рабочих мест, рабочее место преподавателя (стол, стул), доска учебная меловая, компьютер, мультимедийный проектор, экран, стенды с учебно-</p>	Республика Башкортостан, г. Уфа, ул. Кувыкина, корп. 94. Республика Башкортостан, г. Уфа, ул. Ленина, д.3

		методическими материалами, демонстрационный и справочный материал	
--	--	---	--

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

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

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

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



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

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

