

Государственное образовательное учреждение высшего
профессионального образования
«Приднестровский государственный университет им. Т.Г. Шевченко»



Естественно-географический факультет

Кафедра физиологии и санокреатологии



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
Учебной дисциплины
«ОСНОВЫ САНОКРЕАТОЛОГИЯ»
на 2023/2024 учебный год

Направление подготовки:

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Основной профиль «Биология» дополнительный профиль «География»

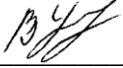
Квалификация (степень)
«бакалавр»

Форма обучения
очная

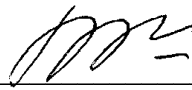
Год набора
2019г.

Тирасполь, 2023

Рабочая программа дисциплины (модуля) Основы санокреатологии разработана в соответствии с требованиями Государственного образовательного стандарта ВО по направлению подготовки (специальности) 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)» и основной профиль «Биология» с дополнительным профилем «География».

Составители рабочей программы  ст. препод. Былич Л.Г.

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры физиологии и санокреатологии
«30» 08 2023 г. протокол №1

Зав. кафедрой физиологии и санокреатологии  д.б.н., Шептицкий В.А.
«30» 08 2023 г.

Цели и задачи освоения дисциплины (модуля)

Цель изучения дисциплины состоит в ознакомлении студентов с теорией и практикой целенаправленного формирования и поддержания физиологического, физического, психического и социального здоровья в соответствии с постоянно изменяющимися факторами окружающей среды и с учетом специфики генетико-физиологического базиса, а также повышения адаптивного, общего жизненного потенциала человека.

Задачами курса являются:

- формирование у студентов материалистического, физиологически обоснованного мировоззрения о здоровье человека, его обеспечении,
- формирование у студентов представления о целенаправленном формировании и поддержании здоровья в современных стрессогенных условиях,
- формирование у студентов представления о необходимости предупреждения как биологической деградации человечества в целом, так и преждевременной диминуции жизненно-важных функций организма человека.

1. Место дисциплины в структуре ОПОП Б1.В.11

Дисциплина «Основы санокреатологии» относится к дисциплинам части, формируемой участниками образовательных отношений ОПОП ВО.

2. Изучение дисциплины направлено на формирование компетенций приведенных в таблице ниже

Категория (группа) компетенций	Код и наименование	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
Общепрофессиональные компетенции выпускников и индикаторы их достижения		
Научные основы педагогической деятельности	ОПК-8 Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний	ИД ОПК.8.1. Осуществляет трансформацию специальных научных знаний в соответствии с психофизиологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч. с особыми образовательными потребностями ИД ОПК.8.2. Владеет методами научно-педагогического исследования в предметной области ИД ОПК.8.3. Владеет методами анализа педагогической ситуации, профессиональной рефлексии на основе специальных научных знаний в соответствии с предметной областью согласно освоенному профилю (профилям) подготовки
Тип задачи профессиональной деятельности: педагогический		
Организация индивидуальной и совместной учебной деятельности	ПК-1. Способен осваивать и использовать базовые научно-теоретические знания и практические умения по предмету в профессиональной	ИД ПКО.1.1. Знать содержание, сущность, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области; закономерности, определяющие

обучающихся в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями.	в деятельности.	место предмета в общей картине мира; программы и учебники по преподаваемому предмет; основы общетеоретических дисциплин в объеме, необходимом для решения педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач (педагогика, психология, возрастная физиология: школьная гигиена; методика преподавания предмета) ИД ПКО.1.2. Уметь анализировать базовые предметные научно-теоретические представления о сущности, закономерностях, принципах и особенностях изучаемых явлений и процессов ИД ПКО.1.3. Владеть навыками понимания и системного анализа базовых научно-теоретических представлений для решения профессиональных задач.
---	-----------------	---

3. Структура и содержание дисциплины (модуля)

3.1. Распределение трудоемкости в з.е./ в часах по видам аудиторной и самостоятельной работы студентов по семестрам:

Семестр	Трудоемкость, з.е./часы	Количество часов					Форма контроля
		В том числе					
		Аудиторных				Самостоятельная работа (СР)	
		Всего	Лекций (Л)	Практических занятий (ПЗ)	Лабораторных занятий (ЛЗ)		
9	4 з.е./144	36	18	18	-	72	36+ Экзамен
Итого:	4 з.е./144	36	18	18	-	72	36+Экзамен

3.2. Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины

№ раз-дела	Наименование разделов	Количество часов				
		Всего	Аудиторная работа			Внеауд. работа (СР)
			Л	ПЗ	ЛР	
1	Предмет и задачи санокреатологии.	2	2	-	-	-
2	Причины и факторы биологической деградации человека.	18	4	2	-	12
3	Понятие здоровья – отправная точка санокреатологии.	14	2	4	-	8
4	Современные определения понятия здоровья.	14	-	4	-	10
5	Основные постулаты основ здоровья. Основные пути противостояния биологической деградации человека.	20	2	4	-	14
6	Генетические основы о здоровье. Гаметогенез как начальный этап закладки генетических механизмов здоровья.	6	2	-	-	4
7	Основные понятия биологии эмбрионального развития в свете санокреатологии.	8	-	-	-	8
8	Санокреатология сердечно-сосудистой системы.	8	2	-	-	6
9	Санокреатология пищеварительной системы. Теория санокреатологического питания.	10	2	2		6
10	Санокреатология репродуктивной системы.	8	2	2		4
Итого:		108+36	18	18	-	72
Всего:		144	18	28	-	72

3.3. Тематический план по видам учебной деятельности

Лекции

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов	Тема лекции	Учебно-наглядные пособия
<i>Раздел 1. Предмет и задачи санокреатологии.</i>				
1	1	2	Предмет и задачи санокреатологии – науки о целенаправленном формировании здоровья человека. Предпосылки возникновения санокреатологии.	презентация, наглядные пособия, таблицы
<i>Итого по разделу часов:</i>		2		
<i>Раздел 2. Причины и факторы биологической деградации человека.</i>				
2	2	2	Причины и факторы физиологической, психической и биологической деградации человека как биологического вида.	презентация, наглядные пособия, таблицы
		2	Стрессогенные воздействия в современном обществе и их роль в преждевременной диминуции жизненно важных функций и биологических деградации человека.	презентация, наглядные пособия,
<i>Итого по разделу часов:</i>		4		

<i>Раздел 3. Понятие здоровья – отправная точка санокреатологии.</i>				
3	3	2	Понятие здоровья – отправная точка санокреатологии. Причинные факторы возникновения болезней – ориентир для целенаправленного санокреатологического воздействия на организм.	презентация, наглядные пособия, таблицы
<i>Итого по разделу часов:</i>		2		
<i>Раздел 5. Основные постулаты основ здоровья.</i>				
4	5	2	Основные постулаты основ здоровья. Основные пути противостояния биологической деградации человека.	презентация, наглядные пособия, таблицы
<i>Итого по разделу часов:</i>		2		
<i>Раздел 6. Генетические основы о здоровье. Гаметогенез как начальный этап закладки генетических механизмов здоровья</i>				
5	6	2	Развитие санокреатологической генетики, как ценный вклад в целенаправленное формирование здоровья человека	презентация, наглядные пособия,
<i>Раздел 8. Санокреатология сердечно-сосудистой системы.</i>				
6	:7	2	Санокреатологические подходы и методы целенаправленного поддержания саногенного состояния сердечно-сосудистой системы.	презентация, наглядные пособия,
<i>Итого по разделу часов</i>		2		
<i>Раздел 9. Санокреатология пищеварительной системы. Теория санокреатологического питания.</i>				
7	9	2	Теории питания- сбалансированное, рациональное, адекватное, санокреатологическое.	презентация, наглядные пособия
<i>Итого по разделу часов:</i>		2		
<i>Раздел 10. Санокреатология репродуктивной системы</i>				
8	10	2	Санокреатологические подходы и методы целенаправленного поддержания саногенного уровня репродуктивных функций.	презентация, наглядные пособия
<i>Итого по разделу часов:</i>		2		
ИТОГО:		18		

Практические занятия

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов	Тема практических (семинарских) занятий	Учебно-наглядные пособия
<i>Раздел 2. Причины и факторы биологической деградации человека.</i>				
1	2	2	. Продолжительное рассогласование различных органов, гипокинезия, антропогенные изменения среды обитания, как одни из причин деградации человека. Современные научные данные о состоянии	презентация, наглядные пособия, таблицы

			здоровья и развитии здравоохранении в экономически развитых и странах с переходным периодом	
		2		
Раздел 3. Понятие здоровья – отправная точка санокреатологии.				
3	3	2	Закономерности влияния факторов окружающей среды на состояние здоровья организма. Реализация профилактических программ и здорового образа жизни и причины их неэффективности и принципы создания физиологически обоснованного образа жизни.	презентация, наглядные пособия, таблицы
4		2	Здоровье человека как один из основных показателей, отражающих уровень эволюции общества и развития физиологии и медицины	презентация, наглядные пособия,
		4		
Раздел 4. Современные определения понятия здоровья.				
5	4	2	Современные определения понятия здоровья. Понятие здоровья в санокреатологии.	презентация, наглядные пособия, таблицы
6		2	Интегральное здоровье человека, предпосылкой становления которого является генетическая программа развития организма как собой сложное многомерное относительно устойчивое состояние организма, обусловленное функциональной активностью структурно-функциональных компонентов	презентация, наглядные пособия,
Итого по разделу часов:		4		
Раздел 5. Основные постулаты основ здоровья				
7	5	2	Санокреатологическое питание в период дининуации функций пищеварительного тракта. Саногенные эффекты физиологических процедур и перспективы их использования и поддержания их здоровья.	презентация, наглядные пособия, таблицы
8		2	Саногенные эффекты действия на биологически-активные точки и перспектива их использования для поддержания их здоровья. Перспективы использования пчелопродуктов в поддержании здоровья.	презентация, наглядные пособия, таблицы
Итого по разделу часов:		4		
Раздел 9. Санокреатология пищеварительной системы. Теория санокреатологического питания				
9	9	2	Санокреатологические подходы и методы целенаправленного поддержания санногенного уровня пищеварительных функций.	презентация, наглядные пособия,
Итого по разделу часов:		2		
Раздел 10. Санокреатология репродуктивной системы				

10	10	2	Санокреатологические подходы и методы целенаправленного поддержания санногенного уровня репродуктивных функций.	презентация, наглядные пособия,
<i>Итого по разделу часов:</i>		2		
ИТОГО:		18		

Самостоятельная работа обучающегося

Раздел дисциплины	№ п/п	Тема и вид самостоятельной работы обучающегося	Трудоемкость (в часах)
Раздел 2	1	ДЗ ИДЛ Оформить реферативные работы, раскрыть роль в преждевременной диминуции жизненно важных функций; изложить причины биологических деградации человека.	6
	2	ДЗ ИДЛ Представить реферативные работы и устные доклады, где раскрыть сущность исследований современных физиологов о состоянии здоровья населения развитых стран и исследования современных физиологов о состоянии здоровья населения в экономически отсталых странах. Провести анализ причин состояния здоровья групп населения нашего региона	6
<i>Итого по разделу часов:</i>			12
Раздел 3	3	ДЗ ИДЛ. Здоровье человека, как универсальный феномен человеческого организма, значение которого остается непреходящим в любую историческую эпоху эволюции общества, зависит от множества факторов, среди которых – уровень развития физиологии и медицины. Раскрытие механизмов генерации и регуляции функций организма на различных уровнях его структурной организации, механизмов нарушений функций, возникновение болезней, лечения и профилактики заболеваний, разработка научных и практических основ формирования, поддержания и улучшения здоровья.	8
<i>Итого по разделу часов:</i>			8
Раздел 4	4	ДЗ ИДЛ Интегральное здоровье человека, предпосылкой становления которого является генетическая программа развития организма как собой сложное многомерное относительно устойчивое состояние организма, обусловленное функциональной активностью структурно-функциональных компонентов (сомато-висцерального, иммунного, сенсорно-дистантного, психического, социального, репродуктивного), проявляющееся посредством: структурной целостности и функциональности в филогенетически детерминированных лимитах жизнеобеспечения органов и систем, составляющих структурно-функциональные компоненты, формирующие интегральное здоровье; структурной целостности и функциональности составляющих системную кровеную и лимфатическую циркуляцию в филогенетически детерминированных	10

		лимитах жизнеобеспечения, реализующих потребности тканей в нутриентах, транспорт гормонов и других биологически активных веществ, выделение из организма катаболитов, чем создаются условия для функционирования клеток тканей и органов в соответствии с потребностями организма; скоординированности функций и процессов органов и систем, составляющих каждый структурнофункциональный компонент и обеспечивающее адаптацию к условиям жизнедеятельности, противостояние диссаноженным факторам и реализацию (физиологических, психических, социальных, культурных, креативных, репродуктивных) потребностей человека за счет направленного повышения функциональных возможностей, скоординированности и интегрированности, адаптации к условиям жизнедеятельности структурно-функциональных компонентов, формирующих интегральное здоровье.	
<i>Итого по разделу часов:</i>			10
Раздел 5	5	ДЗ СИТ Пути и принципы повышения адаптивных возможностей человеческого организма как один из важнейших факторов в сохранении поддержания здоровья. Подготовить устные доклады, сообщения, письменные работы, где охарактеризовать и выявить механизмы адаптации организма человека к жизненным обстоятельствам назвать факторы, способствующие поддержанию здоровья и факторы, негативно влияющие на здоровье человека	6
	6	СИТ ИДЛ Физиологически обоснованные методы поддержания физиологического, психического и физического статуса организма и методы определения уровня здоровья человека Подготовить реферативные работы для обсуждения методов и факторов, способствующих поддержанию оптимального уровня здоровья.	4
	7	ДЗ СИТ Исследование долгожителей – людей достигших преклонного возраста и сохранивших высокий уровень состояния здоровья, как ценный вклад в развитие науки о здоровье. Подготовить сообщения, используя материалы дипломных выпускных работ о долгожителях нашего региона.	4
<i>Итого по разделу часов:</i>			14
Раздел 6	8	СИТ Подготовиться к обсуждению вопросов о современных исследованиях в области санокреатологической генетики, как ценный вклад в целенаправленное формирование здоровья человека.	4
<i>Итого по разделу часов</i>			4
Раздел 7	9	СИТ ИДЛ Развитие санокреатологической эмбриологии, педиатрии, как ценный вклад в целенаправленное формирование здоровья человека	8

		Подготовиться к обсуждению вопросов о современных исследованиях в области санокреатологической эмбриологии, педиатрии, как ценный вклад в целенаправленное формирование здоровья человека	
<i>Итого по разделу часов</i>			8
Раздел 8	10	СИТ ИДЛ Санокреатологические подходы и методы целенаправленного поддержания саногенного состояния сердечно-сосудистой системы.	6
<i>Итого по разделу часов</i>			6
Раздел 9	11	СИТ ИДЛ Санокреатологические подходы и методы целенаправленного поддержания саногенного уровня пищеварительных функций. Теория санокреатологического питания.	6
<i>Итого по разделу часов</i>			6
Раздел 10	12	СИТ ИДЛ Санокреатологические подходы и методы целенаправленного поддержания саногенного уровня репродуктивных функций.	4
<i>Итого по разделу часов</i>			4
ИТОГО:			72

Примечание: ДЗ - домашнее задание; СИТ — самостоятельное изучение темы, ИДЛ - изучение дополнительной литературы.

5. Примерная тематика курсовых проектов (работ): не предусмотрены.

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

6.1. Обеспеченность обучающихся учебниками, учебными пособиями

№ п/п	Наименование учебника, учебного пособия	Автор	Год издания	Кол-во экземпляров	Электронная версия	Место размещения электронной версии
Основная литература						
1	Трактат о научных и практических основах санокреатологии. Том 1. Проблема здоровья. Санокреатология. Потребность общества в ее развитии.	Фурдуй Ф.И., Чокинэ В.К., Фурдуй В.Ф., Глижин А.Г., Шептицкий В.А.	2016	10	-	library.usmf.md/sites/default/files/inline-files/19_1.pdf
2	Трактат о научных и практических основах санокреатологии. Том 2. Психическое здоровье. Психосанокреатология. Необходимость общества в ее развитии.	Фурдуй Ф.И., Чокинэ В.К., Фурдуй В.Ф., Глижин А.Г., Шептицкий В.А.	2018	10	-	-
3	Стресс, эволюция человека и санокреатология.	Фурдуй Ф.И., Чокинэ В.К.	2018	2	-	https://www.yumpu.com/xx/document/read/19099396/fiziologia-si-sanocreatologia

4	Направленное формирование здоровья человека – важная задача физиологии и санокреатологии и. современное состояние изученности здоровья и пути решения проблемы	Фурдуй Ф.И., Чокинэ В.К.	2016	2	-	bn.idsi.md/sites/default/files/imag_file/
---	--	--------------------------	------	---	---	---

Дополнительная литература:

1. Фурдуй Ф.И. О биологической деградации человека и о санокреатологии. //Стресс, адаптация, функциональные нарушения и санокреатология. Кишинев, 1999 г. с. 5-8
2. Фурдуй Ф.И., Вуду Л.Ф. и др. Симптомы физиологической деградации человека как биологического вида. //Стресс, адаптация, функциональные нарушения и санокреатология. Кишинев, 1999г.с.9-21.
3. Фурдуй Ф.И., Вуду Г.А. и др. Причинны и факторы биологической деградации человека и пути его выживания. //Стресс, адаптация, функциональные нарушения и санокреатология. Кишинев, 1999г.с.22-35.
4. Фурдуй Ф.И. Санокреатология – новая отрасль биомедицины, призванная приостановить биологическую деградацию человека. //Стресс, адаптация, функциональные нарушения и санокреатология. Кишинев, 1999г.с. 36-43.
5. Фурдуй Ф.И., Чокинэ В.К. Понятие здоровье – отправная точка санокреатологии. //Стресс, адаптация, функциональные нарушения и санокреатология. Кишинев, 1999г.с.44-51.
6. Фурдуй Ф.И., Чокинэ В.К. и др. К генетическим основам здоровья. Гаметогенез как начальный этап закладки генетических механизмов здоровья. //Известия АНМ, 2002г. №4. с.30-39.
7. Фурдуй Ф.И., Чокинэ В.К. и др. К генетическим основам здоровья. Оплодотворение как завершающий этап закладки генетических механизмов здоровья и нарушающие их факторы. //Известия АНМ, 2002г. №4. с.40-45..
8. Фурдуй Ф.И., Чокинэ В.К. и др. Санокреатология – биомедицина XXI века. //Бюллетень европейского центра акупунктуры и хомеопатии. 2000г, №4, с.98-99.
9. Фурдуй Ф.И. и др. Научные основы здорового образа жизни. //Кишинев, 2000г. №10.
10. Фурдуй Ф.И., Чокинэ В.К. и др. Научные основы создания физиологически обоснованного образа жизни. ///Бюллетень ассоциации традиционной медицины РМ. 2003г. №7. с.26-40
11. Фурдуй Ф.И., Еренков В.А. и др. Достижения и проблемы современной педиатрии. Санокреатологическая педиатрия. //Стресс, адаптация, функциональные нарушения и санокреатология. Кишинев, 1999г.с.52-57.
12. Фурдуй Ф.И., Павалюк П.П. Классификация экологических факторов с позиции физиологического стресса. //Стресс, адаптация, функциональные нарушения и санокреатология. Кишинев, 1999г.с.68-71.
13. Чокинэ В.К. Саногенические системы регуляции ритмики сердца. //Известия АНМ, 2002г. №4. с.45-60.
14. Фурдуй Ф.И., Вуду Г.А. и др. Индукторы - факторы запуска дифференцировки в раннем эмбриональном развитии. //Известия АНМ, 2004г. №2. с.142-149.
15. Фурдуй Ф.И., Вуду Г.А. и др. Индукторы, как факторы, обеспечивающие терминальную дифференцировку в процессе онтогенеза. //Известия АНМ, 2002г. №4. с.149-157.

16. Гуска Н.И., Шептицкий В.А. Факторы, обуславливающие угасание и нарушение пищеварительных функций и механизмы их действия. //Стресс, адаптация, функциональные нарушения и санокреатология. Кишинев, 1999г.с.58-67.

17. Фурдуй Ф.И., Павалюк П.П. и др. Хронический стресс, диминуация функций и биологическая деградация. //Бюллетень ассоциации традиционной медицины РМ. 2003г. №7. с.7-11.

18. Фурдуй Ф.И., Павалюк П.П. и др. Саногенные эффекты действия пчелопродуктов и перспектива их использования в поддержании здоровья. //Бюллетень ассоциации традиционной медицины РМ. 2003г. №7. с.11-18.

19. Чокинэ В.К. Причинные факторы возникновения болезней – ориентир для целенаправленного санокреатологического воздействия на организм. //Бюллетень ассоциации традиционной медицины РМ. 2003г. №7. с.42-44.

20. Фурдуй Ф.И., Струтинский Ф.А. О санокреатологическом питании в период диминуации функции пищеварительного тракта. //Бюллетень ассоциации традиционной медицины РМ. 2003г. №7. с.7-11.

21. Фурдуй Ф.И., Лакуста В.Н. Анатомо-физиологические и бионергетические основы санокреатологической акупунктуры. //Кишинев, 2002г.

6.2 Программное обеспечение и Интернет-ресурсы

Программное обеспечение:

1. Microsoft Office 2007.
2. Adobe Acrobat.
3. Microsoft PowerPoint.

2. Интернет-ресурсы

<http://www.nature.ru> – достоверная научная информация по основным разделам биологии

<http://window.edu.ru/> - единое окно образовательных ресурсов.

<http://www.prosv.ru> – сайт издательства «Просвещение»

<http://dic.academic.ru> – словари и энциклопедии

<http://studentam.net/> - электронная библиотека учебников

<http://www.torrent.vtomske.ru> - научно-популярные фильмы

<http://meduniver.com/Medical/Physiology/>

<http://www.booksmed.com/fiziologiya/565-fiziologiya-cheloveka-pokrovskij-uchebnik.html>

<http://www.booksmed.com/fiziologiya/1424-fiziologiya-cheloveka-smirnov-uchebnik.html>

<http://6years.net/index.php?do=static&page=fiziologia>

<http://www.pubmedcentral.nih.gov/>

<http://www.biomedcentral.com/>

<http://download-book.ru/>

<http://www.freemedicaljournals.com/>

<http://highwire.stanford.edu/>

<http://www.elibrary.ru/>

<http://www.newlibrary.ru/>

<http://www.window.edu.ru/>

<http://www.springerlink.com/>

<http://www.bookmed.com/>

<http://physiologyonline.physiology.org/>

<http://ep.physoc.org/>

<http://www.annualreviews.org/journal/physiol>

2. Компьютерные программы промежуточного и итогового контроля знаний.

6.3. Методические указания и материалы по видам занятий

Вид учебных занятий	Организация деятельности студента
Лекция	Написание конспекта лекций: кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; пометить важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии.
Практические занятия	Проработка тем занятий, уделяя особое внимание целям и задачам структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом. Прослушивание аудио- и видеозаписей по заданной теме, решение задач по алгоритму и др.
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.
Подготовка к экзамену (зачету)	При подготовке к экзамену необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др.

Успешное изучение курса требует от студентов посещения лекций, активной работы на практических занятиях, выполнения всех учебных заданий преподавателя, ознакомления с базовыми учебниками, основной и дополнительной литературой.

При подготовке к лекции студенту рекомендуется:

- 1) просмотреть записи предшествующей лекции и восстановить в памяти ранее изученный материал;
- 2) полезно просмотреть и предстоящий материал будущей лекции;
- 3) если задана самостоятельная проработка отдельных фрагментов темы прошлой лекции, то ее надо выполнить не откладывая;
- 4) психологически настроиться на лекцию.

Запись лекции – одна из форм активной самостоятельной работы студентов, требующая навыков и умения кратко, схематично, последовательно и логично фиксировать основные положения, выводы, обобщения, формулировки. Клиническая психология как наука использует свою терминологию, категориальный, графический материал которыми студент должен научиться пользоваться и применять по ходу записи лекции. Последующая работа над текстом лекции воскрешает в памяти ее содержание, позволяет развивать мышление.

При подготовке к практическому занятию рекомендуется:

- 1) ознакомиться с темой и планом занятия, чтобы выяснить круг вопросов, которые будут обсуждаться на занятии;
- 2) поработать с конспектом лекции по теме занятия, прочитать соответствующие разделы учебников и других источников;
- 3) выполнить конспект первоисточников и выделить положения и вопросы, не совсем понятные или вызывающие сомнения.

Студентам рекомендуется ознакомиться заранее с темой и целью практических занятий, со списком литературы, изучить ряд первоисточников, уяснить основные понятия, принципы и категории предмета. Большую помощь в этом может оказать конспектирование. Перед конспектированием следует внимательно изучить список вопросов, выносимых на обсуждение в ходе практического занятия. Конспектируются фундаментальные, основополагающие источники, оригинальные произведения выдающихся педагогов.

При составлении конспекта не нужно конспектировать все подряд, следует выделять самое главное, познавательное, необходимое для подготовки к занятию; не рекомендуется конспектировать то, что непонятно, если во время изучения материала и конспектирования возникают вопросы или замечания, желательно их записывать. Качественно выполненный конспект позволит неоднократно его использовать, продумать и проанализировать материал заново, выстроить собственное представление о предмете, найти интересующие проблемы, понять и усвоить их, подготовиться к зачету. Не стоит увлекаться ксерокопированием статей, книг, чужих конспектов. Не следует забывать, что память и работа бывают только своими, соответственно и знания тоже.

Кроме конспектирования, желательно, готовясь к занятиям, ознакомиться с публикациями в периодических изданиях, журналах, посвященных изучаемой теме, а также воспользоваться Интернетом. В ходе практических занятий, высказывая свои суждения, задавая вопросы, студент не только демонстрирует свою подготовленность к занятию, но и лучше понимает и запоминает материал.

Работа по написанию реферата

Реферат один из видов самостоятельной научно-исследовательской работы студента. В нем раскрывается суть исследуемой студентом научной проблемы.

Реферирование - процесс свертывания, уплотнения информации, имеющейся в том или иной научном тексте, с целью получения краткого, сжатого содержания, предназначенной для этого статьи, главы книги, монографии и т.д. Главная задача реферирования состоит в том, чтобы при небольшом объеме реферата сохранить как можно больше значимой информации, чтобы неизбежные при реферировании потери информации в минимальной степени коснулись важных и существенных сведений, содержащихся в тексте. Тема реферата определяется преподавателем или избирается студентом самостоятельно, в последнем случае тема реферата, выбранная студентом, в обязательном порядке обговаривается с преподавателем. В дальнейшем допускается незначительное изменение темы реферата только по согласованию с преподавателем. Основной целью работы над рефератом является приобретение навыка библиографического поиска необходимой литературы, аналитической работы с различными источниками по той или иной теме и грамотного письменного изложения.

Задачей реферирования является подробное изучение выбранной проблемы, с возможностью дальнейшего исследования данного вопроса при написании курсовой работы. Реферат должен способствовать формированию навыков исследовательской работы, умения критически мыслить, анализировать, сравнивать, формировать суждения, классифицировать и

делать самостоятельные выводы. Объем реферата определяется содержанием первоисточников и может колебаться от 10 до 20 машинописных листов.

Общая структура любого реферата должна состоять из трех частей: оглавление, введения, основной части и заключения.

Оглавление, включающее нумерацию всех параграфов реферата + введение.

Во введении обосновывается выбор темы реферата, ее актуальность для науки вообще и для изучения данного учебного курса в частности. Также во введении дается краткая характеристика первоисточников (жанр, цели и задачи авторов). В этой части реферата может быть дан перечень ключевых слов, т.е. слова и словосочетания, выражающие понятия существенные для понимания данной проблемы.

Основная часть реферата. В ней передается содержание изученных первоисточников по данной проблеме. При необходимости (если, например, в работе затрагивается ряд проблем), данная часть работы может содержать несколько глав.

В заключении студент приводит собственные выводы по материалам изученных первоисточников, высказывает аргументированное согласие или несогласие с позицией или точкой зрения авторов. Студенту необходимо знать и строго соблюдать основные требования к оформлению работы. Она должна быть написана логично, последовательно, четко, грамотно; с соблюдением абзацев. Страницы должны быть пронумерованы, и на каждой следует оставлять поля для замечаний рецензента.

Критерии оценки реферата:

- Соответствие теме;
- Правильность и полнота использования научной литературы;
- Оформление реферата.

При подготовке итоговой СРС студент должен:

- 1) выбрать тему исследования;
- 2) осуществить подбор литературы по теме исследования, наметить план работы;
- 3) согласовать с преподавателем содержание и объем работы;
- 4) предварительно сдав преподавателю работу на проверку, подготовиться к итоговому занятию, на котором будут обсуждаться результаты СРС.

ТЕМЫ ДЛЯ РЕФЕРАТОВ

1. Санокреатология – биомедицина XXI века. Предпосылки возникновения санокреатологии.
2. Закономерности влияния факторов окружающей среды на состояние здоровья организма.
3. Причинные факторы возникновения болезней – ориентир для целенаправленной санокреатологического воздействия на организм.
4. Современные представления о здоровом образе жизни.
5. Реализация профилактических программ и здорового образа жизни и причины их эффективности.
6. Принципы создания физиологически обоснованного образа жизни.
7. Санокреатологическое питание в период дининуации функций пищеварительного тракта.
8. Факторы, обуславливающие угасание и нарушение пищеварительных функций и механизмы их действия.
9. Саногенные эффекты физиологических процедур и перспективы их использования и поддержания их здоровья.
10. Мануальная терапия и психотерапия санокреатологии.
11. Перспективы использования пчелопродуктов в поддержании здоровья.
12. Основные принципы, подходы выхода из биологической деградации человека и здорового образа жизни.

Процедура проведения и перечень вопросов к экзамену

Экзамен проводится в устной форме. Экзамен предусматривает ответ и собеседование по вопросам в билете (теоретических вопросов и практических, направленных на демонстрацию приобретенных в ходе изучения курса навыков).

Примерный перечень вопросов к курсовому экзамену.

1. Предмет и задачи санокреатологии. Предпосылки возникновения санокреатологии.
2. Признаки физиологической, психической и общебиологической деградации человека.
3. Причины биологической деградации человека.
4. Факторы биологической деградации человека.
5. Физиологически обоснованные пути приостановки деградации человека и его выживание.
6. Генетические основы здоровья.
7. Гаметогенез – как начальный этап закладки генетических механизмов здоровья.
8. Оплодотворение – как завершающий этап закладки генетических механизмов здоровья и нарушающие его факторы.
9. Современные определения здоровья.
10. Основные постулаты основ здоровья.
11. Основные понятия биологии эмбрионального развития в свете санокреатологии.
12. Теория санокреатологического питания.
13. Методологические принципы санокреатологии.
14. Закономерности влияния факторов окружающей среды на состояние здоровья организма человека.
15. Современные представления о здоровом образе жизни.
16. Основные принципы, подходы выхода из биологической деградации человека и здорового образа жизни.
17. Роль стрессогенных воздействий в современном обществе в преждевременном угасании жизненно высоких функций организма человека.
18. Пути и принципы повышения адаптивных возможностей человеческого организма.
19. Физиологически обоснованные методы поддержания физиологического, психического и физического статуса организма.
20. Методы определения уровня здоровья человека.
21. Большие информационные нагрузки и стремление к постоянному комфорту, как один из причин деградации человека.
22. Причинные факторы возникновения болезней как ориентир для целенаправленного санокреатологического воздействия на организм.
23. Санокреатологическое питание в период деминуации функций пищеварительного тракта.
24. Саногенные эффекты физиотерапевтических процедур и перспективы их использования в поддержании здоровья.
25. Исследование долгожителей как ценный вклад в развитие науки о здоровье.
26. Реализация профилактических программ и здорового образа жизни и причины их неэффективности.
27. Принципы создания физиологически обоснованного образа жизни.

Примеры тестов

1. Бактерицидными свойствами в слюне обладает:

1. лизоцим
2. альфа–амилаза
3. альфа–глюкозидаза
4. муцин
5. липаза

2. Пепсин желудочного сока гидролизует:

1. жиры
2. углеводы
3. белки
4. мукополисахариды
5. гистамин

3. Симбиотное пищеварение – это пищеварение:

1. с помощью ферментов, входящих в состав пищевых продуктов
2. с помощью ферментов, выработанных самим макроорганизме
3. с помощью ферментов, вырабатываемых микробами кишечника
4. пристеночное
5. внутриклеточное с помощью лизосомальных ферментов

4. К пищеварительным функциям системы пищеварения относятся все, кроме:

1. моторной
2. химической обработки пищи
3. эндокринной
4. секреторной
5. всасывательной

5. Поджелудочная железа выделяет в просвет двенадцатиперстной кишки:

1. глюкагон
2. инсулин
3. соматостатин
4. трипсиноген, химотрипсиноген
5. бомбезин

6. Под влиянием желчи всасываются:

1. моносахариды
2. продукты гидролиза белков
3. липиды и жирорастворимые витамины
4. минеральные соли
5. сахара

7. Липиды пищи выполняют все функции, кроме:

1. поставщиков в организм незаменимых аминокислот
2. поставщиков в организм незаменимых ненасыщенных жирных кислот
3. пластическую
4. энергетическую
5. метаболическую

8. Панкреатический сок:

1. имеет более кислую реакцию по сравнению с кровью
2. содержит трипсин, липазу, амилазу
3. содержит большую концентрацию желчных кислот
4. содержит большую концентрацию билирубина
5. выделяется непосредственно в тощую кишку

9. В тонком кишечнике переваривание крахмала и гликогена начинается под действием:

1. трипсина
2. липазы
3. амилазы
4. энтерокиназы
5. карбоксипептидазы

10. Наиболее сильно на состояние «азотистого баланса» влияет количество поступившего с пищей:

1. белка
2. углеводов
3. липидов
4. минералов
5. витаминов

11. Основная задача санокреатологии это:

1. целенаправленное формирование и поддержание здоровья человека
2. улучшение условий жизни человека
3. сохранение здоровья с помощью физических упражнений
4. синтез новых лекарственных препаратов

12. Санокреатология это:

1. современная отрасль здравоохранения
2. новая биомедицинская наука
3. новая биологическая наука
4. древняя медицинская наука

13. Современная медицина добилась больших успехов в лечении:

1. неинвазивных болезней
2. хирургических заболеваний
3. неинвазивных и хирургических заболеваний
4. хронических болезней

14. Современная медицина не способна справиться:

1. с эпидемиями
2. с ростом числа больных хроническими болезнями
3. с ростом травматологических заболеваний
4. нет правильного ответа

15. Для повышения уровня здоровья населения необходимо:

1. увеличить количество часов в школе по физкультуре
2. употреблять с пищей меньше калорий
3. создать адекватную систему ФООЖ
4. увеличить финансирование в фармакологию

16. Признаки биологической деградации человека это:

1. чрезмерный стресс
2. щадящий стресс
3. чрезвычайное ослабление естественного отбора
4. рост заболеваемости при увеличении затрат на медицину

17. Одним из факторов биологической деградации современного человека является:

1. щадящий стресс
2. гипокинезия
3. рост неадекватного поведения в обществе
4. равновесие организма с окружающей средой

18. Доля лиц, страдающих хроническими болезнями среди взрослого населения:

1. 5%
2. 17%
3. более 60%
4. от 30% до 40%

19. За последние 50 лет коэффициент рождаемости в странах Европы:

1. не изменился
2. снизился в 1,5 раза
3. снизился в 3,5 раза
4. повысился в 1,5 раза

20. За последние 50 лет доля лиц с психическими заболеваниями в Европе:

1. снизилась в 1,2 раза
2. не изменилась
3. повысилась в 1,2 раза
4. повысилась в 4 раза

21. Не является причиной непосредственной причиной биологической деградации:

1. несоответствие между темпом эволюции и скоростью изменения среды обитания
2. снижение роли естественного отбора
3. резкое увеличение количества населения
4. создание комфортных условий жизни

22. Основной путь противостояния биологической деградации это:

1. приведение окружающей среды в соответствии с эволюционно-закрепленными потребностями организма человека
2. целенаправленное повышение структурно-функциональных и психических возможностей человека в соответствии с изменениями условий жизнедеятельности
3. повышение роли естественного отбора в человеческом обществе
4. нет правильного ответа

23. ВОЗ дает следующее определение здоровья:

1. здоровье – это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов
2. здоровье – это естественное состояние организма, характеризующееся его уравновешенностью с окружающей средой и отсутствием каких либо болезненных изменений

3. здоровье – это полнокровное существование человека, в результате которого его жизнь и деятельность воспринимаются им как естественное саморазвитие присущих ему сущностных свойств и качеств
4. все определения не верны

24. Санокреатологический подход к определению понятия «здоровье» содержит в основе следующий критерий:

1. здоровье – это отсутствие болезней
2. здоровье – это свойство организма
3. здоровье – это феномен обеспечивающий реализацию физиологических, когнитивных и социальных потребностей
4. здоровье – это динамическое равновесие организма с окружающей средой

25. Здоровье человека обусловлено образом жизни на:

1. 90%
2. 10%
3. 20-25%
4. 50-55%

26. Использование современных систем ЗОЖ в массовом масштабе:

1. существенно повысили уровень здоровья населения
2. существенно понизили уровень смертности от ИБС и сахарного диабета
3. не принесли желаемого результата
4. понизили уровень здоровья населения

27. Учет особенностей функционального статуса организма предусматривает следующий принцип ФООЖ:

1. индивидуального подхода
2. периодического очищения организма
3. коррекции питания
4. сознательной психоэмоциональной регуляции

28. Принцип ФООЖ, учитывающий соответствие уровня функциональной активности предполагает:

1. замедление скорости развития организма
2. чередование периодов высокой активности с периодами кратковременного отдыха
3. периодическое голодание
4. регуляцию ритма дыхания

29. Формирование здоровья человека должно начинаться:

1. в период внутриутробного развития
2. в детском возрасте
3. с момента формирования семьи родителей будущего ребенка
4. с момента оплодотворения

30. Генетические механизмы здоровья нарушают следующие факторы:

1. повышенная физическая активность
2. щадящий стресс
3. ультразвуковое обследование и рентгеновские лучи
4. неправильное питание

31. Стресс для человека:

1. является сугубо вредоносным фактором
2. является благоприятным фактором
3. не влияет на формирование здоровья
4. может оказывать и негативное и благоприятное действие

32. Способствует повышению уровня здоровья следующие факторы:

1. комфортные
2. саногенные
3. патогенные
4. деградатогенные

33. Реализация задач санокреатологии более всего возможна в:

1. препубертатном периоде
2. периоде раннего детства
3. старческом периоде
4. эмбриональном периоде

34. В возрасте свыше 40 лет каждый житель планеты в среднем:

1. 2 заболеваниями
2. 4 заболеваниями
3. 7 заболеваниями
4. 1 заболеванием

35. По данным ВОЗ доля болезней обмена веществ, которые возникают как следствие неправильного питания составляет:

1. 80%
2. 40%
3. 100%
4. 10%

36. Какой из факторов по данным санокреатологии в наибольшей степени способствует преждевременному угасанию репродуктивной функции у женщин:

1. излишний вес
2. чрезмерный стресс
3. употребление медикаментов
4. гиподинамия

37. Какой из перечисленных методов является специфическим для санокреатологии:

1. электроэнцефалография
2. определение уровня здоровья сердца
3. электромиография
4. определение кислотности желудочного сока

38. Специфическим для санокреатологии является понятие:

1. степень напряжения функций
2. дифференциация тканей
3. лимитирующие функциональные возможности
4. количество здоровья

39. Какая диета оказывает саногенное действие в отношении пищеварительной системы:

1. с большим содержанием белка
2. с большим содержанием жира
3. с большим содержанием легко усвояемых углеводов
4. с повышенным содержанием клетчатки и витаминов

40. Теория санокреатологического питания рекомендует следующий режим питания:

1. в сутки 2 раза
2. в сутки 4 раза
3. в сутки 3 раза
4. не регулярный

Примеры вопросов для контроля самостоятельной работы

1. Стрессогенные воздействия в современном обществе и их роль в преждевременной диминуции жизненно важных функций.
2. Пути и принципы повышения адаптивных возможностей человеческого организма как один из важнейших факторов в сохранении поддержания здоровья.
3. Современные научные данные о состоянии здоровья и развитии здравоохранении в экономически развитых и странах с переходным периодом.
4. Физиологически обоснованные методы поддержания физиологического, психического и физического статуса организма и методы определения уровня здоровья человека.
5. Санокреатологические подходы и методы целенаправленного поддержания санногенного уровня пищеварительных функций.
6. Признаки физиологической, психической и общебиологической деградации человека.
7. Причины биологической деградации человека.
8. Факторы биологической деградации человека.
9. Современные определения здоровья.
10. Основные постулаты основ здоровья.
11. Основные понятия биологии эмбрионального развития в свете санокреатологии.
12. Санокреатология репродуктивной системы.
13. Теория санокреатологического питания.
14. Методологические принципы санокреатологии.
15. Пути и принципы повышения адаптивных возможностей человеческого организма.
16. Физиологически обоснованные методы поддержания физиологического, психического и физического статуса организма.
17. Методы определения уровня здоровья человека.
18. Чрезвычайное ослабление естественного отбора, чрезмерный стресс и специализация органов и систем при разных изменениях среды обитания как сдерживающие факторы дальнейшей эволюции человека.
19. Санокреатологическое питание в период деминуации функций пищеварительного тракта.
20. Саногенные эффекты действия на биологически активные точки и перспектива их использования для поддержания здоровья.
21. Саногенные эффекты физиотерапевтических процедур и перспективы их использования в поддержании здоровья.
22. Мануальная терапия и психотерапия санокреатологии.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля):

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета (205 В)

Оборудование учебного кабинета:

- рабочие места обучающихся (по количеству обучающихся),
- рабочее место преподавателя,
- учебно-методические рекомендации,
- информационные стенды

Для обеспечения преподавания дисциплины «Основы санокреатологии» кафедра физиологии и санокреатологии располагает лабораториями физиологии человека и животных, возрастной физиологии и школьной гигиены, предназначенными для лекционных и практических занятий с применением технических и информационных средств обучения. Имеются прикладные программы компьютерного тестирования и комплекты тестов по дисциплине. Преподаватели кафедры имеют возможность проводить отдельные занятия в ресурсном центре ЕГФ с использованием мультимедийного проектора, интерактивной доски.

8. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины:

В основу программы курса положен принцип единства теории и практики. Общая структура программы, в основном, направлена на главный методологический стержень курса — системность и взаимообусловленность.

Во время подготовки к практическим занятиям обучающий следует обратиться к сформулированным к каждому разделу и теме соответствующим вопросам и заданиям. Зная тему занятия, необходимо готовиться к нему заблаговременно. В предлагаемых планах проведения занятий задания для самостоятельной работы обучающихся выступают в качестве домашнего задания, обязательного для выполнения.

Самостоятельная работа обучающихся является важным компонентом образовательного процесса, развивающего способности обучающегося к самообучению, повышению своего профессиональному уровню и формирующего личность студента, его мировоззрение и культуру. Целью самостоятельной работы является формирование способности к самостоятельному познанию и обучению, поиску литературы, обобщению, оформлению полученных результатов, их критическому анализу, поиску новых решений, приобретение навыков подготовки выступлений и введение дискуссии.

9. Технологическая карта дисциплины

Курс 5, семестр 9

Преподаватель – лектор: ст. препод. Былич Л.Г.

Преподаватели, ведущие практические (семинарские) занятия: ст. препод. Былич Л.Г.

Кафедра физиологии и санокреатологии ЕГФ

На ЕГФ не реализуется балльно-рейтинговая система и кредитно-модульная система.