

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



Естественно-географический факультет

Кафедра физиологии и санокреатологии



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по дисциплине  
**Б1.В.ДВ.02.01 САНОКРЕАТОЛОГИЯ**

на 2024/2025 учебный год

Направление  
**06.03.01 БИОЛОГИЯ**

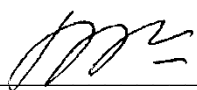
Профиль  
**Физиология**

Квалификация (степень)  
**бакалавр**

Форма обучения  
**очная**

Год набора **2022**

Рабочая программа дисциплины «Санокреатология» разработана в соответствии с требованиями Государственного образовательного стандарта ВО по направлению подготовки 06.03.01 «Биология» и основной профессиональной образовательной программы (учебного плана) по профилям подготовки «Физиология».

Составители рабочей программы  проф. Шептицкий В.А.

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры физиологии и санокреатологии

«03» \_\_09\_\_ 2024 г. протокол № 1

Зав. кафедры-разработчика  
«03» \_\_09\_\_ 2024 г.

 Шептицкий В.А.

## **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.12**

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

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

### 3. Требования к результатам освоения дисциплины

#### 3. Требования к результатам освоения дисциплины:

Изучение дисциплины направлено на формирование компетенций приведенных в таблице ниже

| Категория<br>(группа)<br>компетенций                                        | Код и наименование                                                    | Код и наименование индикатора достижения<br>универсальной компетенции                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Обязательные профессиональные компетенции и индикаторы их достижения</b> |                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Теоретические и практические основы профессиональной деятельности           | ПК-2 Способен к проведению исследований в области биологии и медицины | <p>ИД ПК.2.1. Теоретические и методические основы фундаментальных и медико-биологических наук, методологические принципы изучения живых систем, включая принципы теории и практики планирования медико-биологического эксперимента, его технического и математического обеспечения. Организация и проведение контроля качества химико-микроскопических, гематологических, цитологических, биохимических, коагулологических, иммунологических, иммуногематологических, химико-токсикологических, для проведения терапевтического лекарственного мониторинга, молекулярно-биологических, генетических, микробиологических, в том числе бактериологических. Специалист в области клинической лабораторной диагностики паразитологических и вирусологических исследований</p> <p>ИД ПК.2.2. Обосновывать научное исследование, выбирать объект и использовать современные биофизические, физико-химические и медико-биологические методы исследования, применять современные методы биофизического эксперимента, методы исследования физических и физико-химических процессов на разных уровнях живой материи (молекулярном, клеточном, органном, целого организма), применять методы математического анализа, методы статистической обработки результатов наблюдений, методы планирования эксперимента, интерпретировать экспериментальные результаты с целью выяснения молекулярных механизмов развития патологических процессов. Проверять и при необходимости корректировать результаты новых клинических лабораторных исследований.</p> <p>ИД ПК.2.3 Обосновывает научное исследование, описывает цели и задачи научного исследования, составляет дизайн научного исследования, описывает методы статистического анализа для обработки результатов научного исследования, проводит экспериментальные исследования, направленные на получение новых фундаментальных знаний о физико-химических механизмах функционирования организма в норме и при патологии. Составляет рекомендации для медицинских работников и для пациентов по правилам сбора, доставки и хранения биологического материала при внедрении новых клинических лабораторных исследований.</p> |

### 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,<br>з.е./часы | Количество часов |            |                              |                              |                                | Форма<br>контроля |
|---------|----------------------------|------------------|------------|------------------------------|------------------------------|--------------------------------|-------------------|
|         |                            | В том числе      |            |                              |                              |                                |                   |
|         |                            | Аудиторных       |            |                              |                              | Самостоятельная<br>работа (СР) |                   |
|         |                            | Всего            | Лекций (Л) | Практических<br>занятий (ПЗ) | Лабораторных<br>занятий (ЛЗ) |                                |                   |
| 1       | 4 з.е./144                 | 36               | 16         | 20                           | -                            | 36                             | Зачет             |
| Итого:  | 4 з.е./144                 | 36               | 16         | 20                           | -                            | 36                             | Зачет             |

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

| №<br>раз-<br>дела | Наименование разделов                                                                                     | Количество часов |                      |           |          |                           |
|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------------|-----------|----------|---------------------------|
|                   |                                                                                                           | Всего            | Аудиторная<br>работа |           |          | Внеауд.<br>работа<br>(СР) |
|                   |                                                                                                           |                  | Л                    | ПЗ        | ЛР       |                           |
| 1                 | Предмет и задачи санокреатологии.                                                                         | 2                | 2                    | -         | -        | -                         |
| 2                 | Причины и факторы биологической деградации человека.                                                      | 24               | 2                    | 4         | -        | 6                         |
| 3                 | Понятие здоровья – отправная точка санокреатологии.                                                       | 16               | 2                    | 4         | -        | 3                         |
| 4                 | Современные определения понятия здоровья.                                                                 | 20               | -                    | 4         | -        | 5                         |
| 5                 | Основные постулаты основ здоровья. Основные пути противостояния биологической деградации человека.        | 22               | 2                    | 4         | -        | 7                         |
| 6                 | Генетические основы о здоровье. Гаметогенез как начальный этап закладки генетических механизмов здоровья. | 10               | 2                    | -         | -        | 3                         |
| 7                 | Основные понятия биологии эмбрионального развития в свете санокреатологии.                                | 10               | -                    | -         | -        | 3                         |
| 8                 | Санокреатология сердечно-сосудистой системы.                                                              | 12               | 2                    | -         | -        | 3                         |
| 9                 | Санокреатология пищеварительной системы. Теория санокреатологического питания.                            | 14               | 2                    | 2         |          | 5                         |
| 10                | Санокреатология репродуктивной системы.                                                                   | 14               | 2                    | 2         |          | 3                         |
| <b>Итого:</b>     |                                                                                                           | <b>144</b>       | <b>16</b>            | <b>20</b> | <b>-</b> | <b>36</b>                 |

### 3.3. Тематический план по видам учебной деятельности

#### Лекции

| №<br>п/п                                                                                                                  | Номер<br>раздела<br>дисциплины | Объем<br>часов | Тема лекции                                                                                                                                                                  | Учебно-<br>наглядные<br>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 |
| <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 санногенного уровня репродуктивных функций. | презентация, наглядные пособия |
| <i>Итого по разделу часов:</i>                           |    | 2         |                                                                                                                 |                                |
| <b>ИТОГО:</b>                                            |    | <b>16</b> |                                                                                                                 |                                |

### 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 здоровья и развитии здравоохранении в экономически развитых и странах с переходным периодом | презентация, наглядные пособия, таблицы |
| 2                                                                     | 2                        | 2           | Стрессогенные воздействия в современном обществе и их роль в преждевременной диминуции жизненно важных функций и биологических деградации человека.                                                                                                                                  | презентация, наглядные пособия,         |
|                                                                       |                          | 2           |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                         |
| <i>Раздел 3. Понятие здоровья – отправная точка санокреатологии.</i>  |                          |             |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                         |
| 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           |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                         |
| <i>Раздел 4. Современные определения понятия здоровья.</i>            |                          |             |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                         |
| 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                                                         | презентация, наглядные пособия,         |

|                                                                                         |    |    |                                                                                                                                                                                         |                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|----|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
|                                                                                         |    |    | активностью структурно-функциональных компонентов                                                                                                                                       |                                         |
| 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,         |
| Итого по разделу часов:                                                                 |    | 2  |                                                                                                                                                                                         |                                         |
| ИТОГО:                                                                                  |    | 20 |                                                                                                                                                                                         |                                         |

### Самостоятельная работа обучающегося

| Раздел дисциплины | № п/п | Тема и вид самостоятельной работы обучающегося                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Трудоемкость (в часах) |
|-------------------|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
| Раздел 2          | 1     | <b>ДЗ ИДЛ</b> Стрессогенные воздействия в современном обществе и их роль в преждевременной диминуции жизненно важных функций и биологических деградации человека. Продолжительное рассогласование различных органов, гипокинезия, антропогенные изменения среды обитания, как одни из причин деградации человека.<br>Оформить реферативные работы, раскрыть роль в преждевременной диминуции жизненно важных функций; изложить причины биологических деградации человека. | 3                      |

|                                |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |   |
|--------------------------------|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|                                | 2 | <p><b>ДЗ ИДЛ</b> Современные научные данные о состоянии здоровья и развитии здравоохранения в экономически развитых и странах с переходным периодом</p> <p>Представить реферативные работы и устные доклады, где раскрыть сущность исследований</p> <p>современных физиологов о состоянии здоровья населения развитых стран и исследования современных физиологов о состоянии здоровья населения в экономически отсталых странах.</p> <p>Провести анализ причин состояния здоровья групп населения нашего региона</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 3 |
| <i>Итого по разделу часов:</i> |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 6 |
| Раздел 3                       | 3 | <p><b>ДЗ ИДЛ</b> Здоровье человека как один из основных показателей, отражающих уровень эволюции общества и развития физиологии и медицины. 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.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 3 |
| <i>Итого по разделу часов:</i> |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 3 |
| Раздел 4                       | 4 | <p><b>ДЗ ИДЛ</b> 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 лимитах жизнеобеспечения, реализующих потребности тканей в нутриентах, транспорт гормонов и других биологически активных веществ, выделение из организма катаболитов, чем создаются условия для</p> | 5 |

|                                |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |   |
|--------------------------------|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|                                |   | 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 диссаногенным 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> |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 5 |
| Раздел 5                       | 5 | <b>ДЗ СИТ</b> Пути и принципы повышения адаптивных возможностей человеческого организма как один их важнейших факторов в сохранении поддержания здоровья.<br>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                                                                                                                                                                                                                | 2 |
|                                | 6 | <b>СИТ ИДЛ</b> Физиологически обоснованные методы поддержания физиологического, психического и физического статуса организма и методы определения уровня здоровья человека<br>Подготовить реферативные работы для обсуждения методов и факторов, способствующих поддержанию оптимального уровня здоровья.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 2 |
|                                | 7 | <b>ДЗ СИТ</b> Исследование долгожителей – людей достигших преклонного возраста и сохранивших высокий уровень состояния здоровья, как ценный вклад в развитие науки о здоровья.<br>Подготовить сообщения, используя материалы дипломных выпускных работ о долгожителях нашего региона.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 3 |
| <i>Итого по разделу часов:</i> |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 5 |
| Раздел 6                       | 8 | <b>СИТ</b> Развитие санокреатологической генетики, как ценный вклад в целенаправленное формирование здоровье человека<br>Подготовиться к обсуждению вопросов о современных исследованиях в области санокреатологической генетики, как ценный вклад в целенаправленное формирование здоровье человека.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 3 |
| <i>Итого по разделу часов</i>  |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 3 |

|                               |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |           |
|-------------------------------|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| Раздел 7                      | 9  | <b>СИТ ИДЛ</b> Развитие санокреатологической эмбриологии, педиатрии, как ценный вклад в целенаправленное формирование здоровья человека<br>Подготовиться к обсуждению вопросов о современных исследованиях в области санокреатологической эмбриологии, педиатрии, как ценный вклад в целенаправленное формирование здоровья человека | 3         |
| <i>Итого по разделу часов</i> |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 3         |
| Раздел 8                      | 10 | <b>СИТ ИДЛ</b> Санокреатологические подходы и методы целенаправленного поддержания саногенного состояния сердечно-сосудистой системы.                                                                                                                                                                                                | 3         |
| <i>Итого по разделу часов</i> |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 3         |
| Раздел 9                      | 11 | <b>СИТ ИДЛ</b> Санокреатологические подходы и методы целенаправленного поддержания саногенного уровня пищеварительных функций. Теория санокреатологического питания.                                                                                                                                                                 | 5         |
| <i>Итого по разделу часов</i> |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 5         |
| Раздел 10                     | 12 | <b>СИТ ИДЛ</b> Санокреатологические подходы и методы целенаправленного поддержания саногенного уровня репродуктивных функций.                                                                                                                                                                                                        | 3         |
| <i>Итого по разделу часов</i> |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 3         |
| <b>ИТОГО:</b>                 |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>36</b> |

*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.,<br>Чокинэ В.К.,<br>Фурдуй В.Ф.,<br>Глижин А.Г.,<br>Шептицкий В.А. | 2016        | 10                 | -                  | <a href="http://library.usmf.md/sites/default/files/inline-files/19_1.pdf">library.usmf.md/sites/default/files/inline-files/19_1.pdf</a> |
| 2                   | Трактат о научных и практических основах санокреатологии. Том 2. Психическое здоровье. Психосанокреатология. Необходимость общества в ее развитии. | Фурдуй Ф.И.,<br>Чокинэ В.К.,<br>Фурдуй В.Ф.,<br>Глижин А.Г.,<br>Шептицкий В.А. | 2018        | 10                 | -                  | -                                                                                                                                        |
| 3                   | Стресс, эволюция человека                                                                                                                          | Фурдуй Ф.И.,                                                                   | 2018        | 2                  | -                  | <a href="https://www.yumpu">https://www.yumpu</a> .                                                                                      |

|   |                                                                                                                                                              |                          |      |   |   |                                                             |
|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|------|---|---|-------------------------------------------------------------|
|   | и санокреатология.                                                                                                                                           | Чокинэ В.К.              |      |   |   | com/xx/document/read/19099396/fiziologia-si-sanocreatologia |
| 4 | Направленное формирование здоровья человека – важная задача физиологии и санокреатологии современного состояния 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                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Лекция</b>                                     | 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. |
| <b>Практические занятия</b>                       | 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.                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Контрольная работа/ индивидуальные задания</b> | 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.                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Реферат</b>                                    | 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.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Коллоквиум</b>                                 | Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам и др.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Подготовка к экзамену (зачету)</b>             | 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 макроорганизмом
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, химо трипсиноген
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. падающий 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 здравоохранения 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 диминуции 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 антропологии» 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 3 , семестр 5

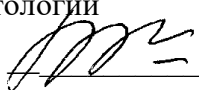
Преподаватель – лектор: профессор Шептицкий В.А.

Преподаватели, ведущие практические (семинарские) занятия: профессор Шептицкий В.А.

Кафедра физиологии и санокреатологии ЕГФ

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

Составитель  д.б.н., проф. Шептицкий В.А.

Зав. кафедрой физиологии и санокреатологии  
ПГУ им. Т.Г. Шевченко, г. Тирасполь  д.б.н., профессор, Шептицкий В.А.

**Согласовано:**

Зав. кафедрой ботаники и экологии  д.с/х.н., проф. Хлебников В.Ф.

Зав. кафедрой общей биологии и зоологии  к.б.н., доцент Филипенко С.И.