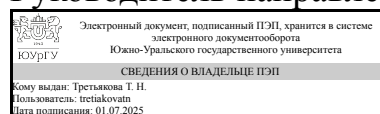


# ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:  
Руководитель направления



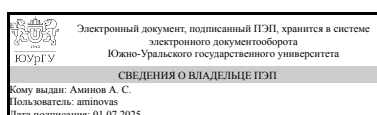
Т. Н. Третьякова

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**дисциплины 1.О.23 Основы медицинских знаний  
для направления 43.03.02 Туризм  
уровень Бакалавриат  
форма обучения очная  
кафедра-разработчик Спортивное совершенствование**

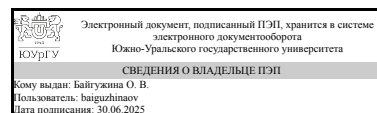
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 43.03.02 Туризм, утверждённым приказом Минобрнауки от 08.06.2017 № 516

Зав.кафедрой разработчика,  
к.биол.н., доц.



А. С. Аминов

Разработчик программы,  
к.биол.н., доцент



О. В. Байгузина

## 1. Цели и задачи дисциплины

Цель : формирование у студентов целостного представления о факторах риска здоровья, принципов формирования, сохранения и укрепления здоровья; необходимых теоретических знаний по основам медицины, основных способов и методов оказания первой помощи, а также умению применять их в повседневной и профессиональной деятельности. Задачи: формировать понимание здоровья как совокупности физического, психического и социального благополучия; формировать понимание принципов здоровьесберегающей деятельности; обучить методам диагностики основных показателей индивидуального здоровья человека; способствовать формированию мотивации на формирование, сохранение и укрепление здоровья участников образовательного процесса; обучить методам профилактики травматизма и инфекционных заболеваний; обучить правилами и приемам оказания первой помощи при неотложных состояниях в известном объеме.

## Краткое содержание дисциплины

Дисциплина включает следующие темы: Нормативно-правовая основа учебного курса; Здоровье и факторы, его определяющие; Основы микробиологии, эпидемиологии и иммунологии; Понятия о неотложных состояниях и первая помощь при них; Сердечно-легочная реанимация; Ранения, кровотечения. Виды кровотечений и способы их временной остановки. Десмургия; Травматические повреждения. Утопление, термические травмы; Психологическая помощь в кризисных (экстремальных) ситуациях; Здоровый образ жизни как фактор здоровья. Основы психического здоровья человека; Современные тенденции и взгляды на ЗОЖ; Рациональное питание и здоровье; Физическая культура – ведущий компонент здорового образа жизни; Вредные привычки, фактор риска для здоровья. Дистресс и психотип личности.

## 2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

| Планируемые результаты освоения ОП ВО (компетенции)                                                                                                                                                                                                                          | Планируемые результаты обучения по дисциплине                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни                                                                                                                             | Знает: основные категории здорового образа жизни<br>Умеет: использовать современные методы самооценки здоровья и определять признаки неотложных состояний и характер повреждений для определения способов оказания первой помощи<br>Имеет практический опыт: оценки уровня здоровья, гигиенической культуры и ресурсов личного здоровьесбережения |
| УК-8 Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и | Знает: основные признаки неотложных состояний и алгоритм действий при оказании первой медицинской помощи<br>Умеет: определять признаки неотложных состояний и характер повреждений для определения способов оказания первой помощи<br>Имеет практический опыт: неотложной помощи                                                                  |

|                    |                                                         |
|--------------------|---------------------------------------------------------|
| военных конфликтов | при наиболее распространённых патологических состояниях |
|--------------------|---------------------------------------------------------|

### 3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

| Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана | Перечень последующих дисциплин, видов работ                                                                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.О.19 Психология                                             | 1.Ф.04.М3.02 Спортивно-оздоровительные и физкультурно-оздоровительные технологии,<br>1.Ф.04.М4.02 Педагогические технологии,<br>1.О.11 Безопасность жизнедеятельности,<br>1.Ф.04.М3.03 Организация спортивно-массовых мероприятий |

Требования к «входным» знаниям, умениям, навыкам студента, необходимым при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения предшествующих дисциплин:

| Дисциплина        | Требования                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.О.19 Психология | Знает: психологические основы функционирования познавательных, волевых и эмоциональных процессов для понимания собственных психологических особенностей управления временем, основные понятия психологии, типы темперамента, содержание мотивации и психической регуляции поведения и деятельности человека Умеет: использовать психологические техники и методы тайм-менеджмента в собственной деятельности, устанавливать гармоничные отношения в работе с клиентами, создавать благоприятный психологический климат в коллективе; изучать потребности общества и личности Имеет практический опыт: развития мотивационно-волевой сферы личности для осуществления личностного развития и профессионального роста, регулирования взаимоотношения людей: убеждения, доказательства, внушения и побуждения людей к необходимым действиям в процессе профессионального общения и совместной деятельности |

### 4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч., 36,25 ч. контактной работы

| Вид учебной работы            | Всего часов | Распределение по семестрам в часах |
|-------------------------------|-------------|------------------------------------|
|                               |             | Номер семестра                     |
|                               |             | 3                                  |
| Общая трудоёмкость дисциплины | 72          | 72                                 |

|                                                                            |       |       |
|----------------------------------------------------------------------------|-------|-------|
| Аудиторные занятия:                                                        | 32    | 32    |
| Лекции (Л)                                                                 | 16    | 16    |
| Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ) | 16    | 16    |
| Лабораторные работы (ЛР)                                                   | 0     | 0     |
| Самостоятельная работа (СРС)                                               | 35,75 | 35,75 |
| Подготовка к зачету                                                        | 21,75 | 21,75 |
| Подготовка заданий практических занятий                                    | 14    | 14    |
| Консультации и промежуточная аттестация                                    | 4,25  | 4,25  |
| Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)                                   | -     | зачет |

## 5. Содержание дисциплины

| № раздела | Наименование разделов дисциплины | Объем аудиторных занятий по видам в часах |    |    |    |
|-----------|----------------------------------|-------------------------------------------|----|----|----|
|           |                                  | Всего                                     | Л  | ПЗ | ЛР |
| 1         | Основы медицинских знаний        | 32                                        | 16 | 16 | 0  |

### 5.1. Лекции

| № лекции | № раздела | Наименование или краткое содержание лекционного занятия                                         | Кол-во часов |
|----------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| 1        | 1         | Нормативно-правовая основа учебного курса                                                       | 2            |
| 2        | 1         | Здоровье и факторы, его определяющие                                                            | 2            |
| 3        | 1         | Основы микробиологии, эпидемиологии и иммунологии                                               | 2            |
| 4        | 1         | Понятия о неотложных состояниях и первая помощь при них. Сердечно-легочная реанимация           | 2            |
| 5        | 1         | Основы психического здоровья человека                                                           | 2            |
| 6        | 1         | Современные тенденции и взгляды на ЗОЖ                                                          | 2            |
| 7        | 1         | Роль государственных учреждений, семьи и личности в сохранения здоровья подрастающего поколения | 2            |
| 8        | 1         | Основные факторы риска развития различных форм патологий у обучающихся                          | 2            |

### 5.2. Практические занятия, семинары

| № занятия | № раздела | Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара                                                                                                                  | Кол-во часов |
|-----------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| 1         | 1         | Показатели индивидуального здоровья. Группы здоровья. Показатели популяционного здоровья                                                                                             | 2            |
| 2         | 1         | Основные понятия эпидемиологии, микробиологии и иммунологии. Группы инфекционных заболеваний. Основные противоэпидемические мероприятия                                              | 2            |
| 3         | 1         | Неотложные состояния при заболеваниях сердечно-сосудистой, дыхательной, эндокринной систем, желудочно-кишечного тракта. Первая помощь при кровотечениях, травматических повреждениях | 2            |
| 4         | 1         | Психологическая помощь в кризисных (экстремальных) ситуациях                                                                                                                         | 2            |
| 5-6       | 1         | Техника и методика сердечно-легочной реанимации                                                                                                                                      | 4            |
| 7-8       | 1         | Десмургия. Первая помощь при кровотечениях, травматических повреждениях                                                                                                              | 4            |

### 5.3. Лабораторные работы

Не предусмотрены

### 5.4. Самостоятельная работа студента

| Выполнение СРС                          |                                                                            |         |              |
|-----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|---------|--------------|
| Подвид СРС                              | Список литературы (с указанием разделов, глав, страниц) / ссылка на ресурс | Семестр | Кол-во часов |
| Подготовка к зачету                     | ПУМД: №1, 2; ЭУМД: №1, 2; Метод. пособие №1                                | 3       | 21,75        |
| Подготовка заданий практических занятий | ПУМД: №1, 2; ЭУМД: №1, 2; Метод. пособие №1                                | 3       | 14           |

## 6. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации

Контроль качества освоения образовательной программы осуществляется в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценивания результатов учебной деятельности обучающихся.

### 6.1. Контрольные мероприятия (КМ)

| № КМ | Се-местр | Вид контроля     | Название контрольного мероприятия                     | Вес | Макс. балл | Порядок начисления баллов                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Учитывается в ПА |
|------|----------|------------------|-------------------------------------------------------|-----|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| 1    | 3        | Текущий контроль | Современные здоровьесберегающие технологии            | 1   | 4          | 4 балла – задача решена в полном объеме; 3 балла – представлено менее девяти источников и/или дана неполная их характеристика; 2 балла – представлено менее семи источников и/или дана неполная их характеристика; 1 балл – представлено менее пяти источников и/или дана неполная их характеристика.                            | зачет            |
| 2    | 3        | Текущий контроль | Дифференциальная диагностика инфекционных заболеваний | 1   | 4          | 4 балла – задача решена в полном объеме (15 болезней); 3 балла – представлены все (заявленные) болезни, но оформлены с нарушениями; 2 балла – задача решена не в полном объеме (меньше 15 болезней) и/или оформлены с нарушениями; 1 балл – задача решена не в полном объеме (меньше 10 болезней) и/или оформлены с нарушениями. | зачет            |
| 3    | 3        | Текущий контроль | Критерии и показатели уровня сформированности         | 1   | 4          | 4 балла – задача решена в полном объеме; 3 балла – представлены все инструменты, позволяющие оценить                                                                                                                                                                                                                             | зачет            |

|   |   |                  |                                                                          |   |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |       |
|---|---|------------------|--------------------------------------------------------------------------|---|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
|   |   |                  | здоровьесберегающей деятельности                                         |   |   | сформированность ЗСД, но оформлены с нарушениями; 2 балла – представлены некоторые инструменты, позволяющие оценить сформированность ЗСД и/или оформлены с нарушениями; 1 балл – представлено недостаточное количество инструментов, позволяющих оценить сформированность ЗСД и оформлены с нарушениями.                                                                                                                                                                                                                                                                                       |       |
| 4 | 3 | Текущий контроль | Первая помощь при неотложных состояниях                                  | 1 | 4 | 4 балла – задача решена в полном объеме (представлена «полная» классификация ошибок), дано обоснование и ссылки на источник; 3 балла – представленная классификация обобщенная, имеются фрагментарные несоответствия требованиям (нет обоснования или ссылок); 2 балла – задача решена не в полном объеме и/или оформлены с нарушениями к требованиям; 1 балл – задача не решена и оформлена с нарушениями.                                                                                                                                                                                    | зачет |
| 5 | 3 | Текущий контроль | Методы оценивания работоспособности                                      | 1 | 4 | 4 балла – задача решена в полном объеме (выполнены все методики), дана интерпретация полученных результатов с позиций факторов, определяющих и влияющих на умственную и физическую работоспособность; 3 балла – проведены функциональные пробы (нет полной интерпретации полученных результатов); 2 балла – задача решена не в полном объеме и/или оформлены с нарушениями к требованиям; 1 балл – задача не решена и оформлена с нарушениями.                                                                                                                                                 | зачет |
| 6 | 3 | Текущий контроль | Разработка интеллект-карты (ментальной карты) на тему «Составляющие ЗОЖ» | 1 | 4 | 4 балла - информация представлена в полном объеме, многоступенчатая структура (более трех уровней), сопровождение элементов карты фото, изображениями, символами и т.п., наличие более девяти рабочих гиперссылок, наличие более чем девяти связей, карта не содержит ошибок, опечаток, помарок, связь с профессиональной деятельностью четко обозначена. 3 балла - информация имеет неточности, ступенчатая структура (менее трех уровней), недостаточное использование графики, наличие менее девяти рабочих гиперссылок, наличие менее девяти связей, имеются незначительные ошибки, что не | зачет |

|   |   |                  |                                                                         |   |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |       |
|---|---|------------------|-------------------------------------------------------------------------|---|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
|   |   |                  |                                                                         |   |   | затрудняет восприятие карты, связь с профессиональной деятельностью в целом прослеживается; 2 балла - информация представлена частично, слабая структурированность, частичное использование графики, отсутствие рабочих гиперссылок, наличие менее пяти связей, имеются ошибки, затруднено восприятие карты; 1 балл - связь с профессиональной деятельностью обозначена слабо, решена не в полном объеме и/или оформлена с нарушениями.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |       |
| 7 | 3 | Текущий контроль | Характеристика и методические рекомендации подготовки сводного реферата | 1 | 4 | <p>4 балла ставится, если выполнены все требования к написанию реферата: обозначена проблема и обоснована ее актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы (заключение), тема раскрыта полностью, выдержан объем, соблюдены требования к оформлению.</p> <p>3 балла – основные требования к реферату и его защите выполнены, но при этом допущены недочеты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объем реферата; имеются упущения в оформлении.</p> <p>2 балла – имеются существенные отступления от требований к реферированию. В частности: тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата, отсутствуют выводы (заключение).</p> <p>1 балл – тема реферата не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы.</p> | зачет |
| 8 | 3 | Текущий контроль | Показатели индивидуального здоровья                                     | 1 | 4 | <p>4 балла – задача решена в полном объеме (выполнены все методики), дана интерпретация полученных результатов с позиций факторов, определяющих индивидуальное здоровье; 3 балла – проведены функциональные пробы (нет полной интерпретации полученных результатов); 2 балла – задача решена</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | зачет |

|   |   |                          |                                                                  |   |                                                                                                                      |       |
|---|---|--------------------------|------------------------------------------------------------------|---|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
|   |   |                          |                                                                  |   | не в полном объеме и/или оформлены с нарушениями к требованиям; 1 балл – задача не решена и оформлена с нарушениями. |       |
| 9 | 3 | Промежуточная аттестация | Банк вопросов к зачету по дисциплине «Основы медицинских знаний» | - | 4                                                                                                                    | зачет |

|  |  |  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |
|--|--|--|--|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  |  |  |  |  | не на все дополнительные вопросы; в целом оперирует причинно-следственными связями; теоретические положения подтверждаются очевидными примерами. 2 балла – ставится при недостаточном умении студента раскрыть тему самостоятельно, неполном ответе на все вопросы билета, недостаточной уверенности в знаниях по изучаемому курсу. 1 балл – студент демонстрирует слабый уровень знаний и умений, обнаруживает незнание большей части материала, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно излагает материал. |  |
|--|--|--|--|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

## 6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

| Вид промежуточной аттестации | Процедура проведения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Критерии оценивания                     |
|------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| зачет                        | <p>Промежуточная аттестация по дисциплине "Основы медицинских знаний" проводится с учетом результатов обучения, выраженных в индивидуальном рейтинге студента.</p> <p>Согласно Положения "О балльно-рейтинговой системе оценивания результатов учебной деятельности обучающихся" [№179 от 24.05.2019 г.], действует следующий регламент перевода рейтинга обучающегося в оценку: 0-59 баллов - "неудовлетворительно"; 60-74 балла - "удовлетворительно"; 75-84 балла - "хорошо"; 85-100 баллов - "отлично". При этом соотношение результатов текущего контроля и промежуточной аттестации установлено как 60% и 40%, соответственно.</p> <p>Результаты контрольных работ учитываются в рейтинге промежуточной аттестации. Студент вправе прийти на зачет и отвечать на вопросы для повышения индивидуального рейтинга. Собеседование проходит на основании ответа студента на два вопроса: теоретический и практический. Ожидаемым результатом решения первого задания является формулирование развернутого ответа, второго – решение задания, позволяющего оценить у студентов проявление дескрипторов «Умеет» и «Владеет». Оценка ответов студента проводится по 4-балльной системе, полученные баллы дополняют его индивидуальный рейтинг. Шкала оценивания ответа студента на экзамене. 4 балла – студент демонстрирует глубокие знания и умения по программе курса, лекционного материала; дает исчерпывающие ответы на все дополнительные вопросы; проявляет умение логически и творчески мыслить; подтверждает теоретические положения примерами. 3 балла – студент демонстрирует достаточные знания и умения по программе курса, лекционного материала; дает ответы не на все дополнительные вопросы; в целом оперирует причинно-следственными связями; теоретические положения подтверждаются очевидными примерами. 2 балла –</p> | В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  | ставится при недостаточном умении студента раскрыть тему самостоятельно, неполном ответе на все вопросы билета, недостаточной уверенности в знаниях по изучаемому курсу. 1 балл – студент демонстрирует слабый уровень знаний и умений, обнаруживает незнание большей части материала, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно излагает материал. |  |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

### 6.3. Паспорт фонда оценочных средств

| Компетенции | Результаты обучения                                                                                                                                                          | № КМ |    |    |    |    |    |    |    |    |
|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|----|----|----|----|----|----|----|----|
|             |                                                                                                                                                                              | 1    | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  |
| УК-6        | Знает: основные категории здорового образа жизни                                                                                                                             | ++   | ++ | ++ | ++ | ++ | ++ | ++ | ++ | ++ |
| УК-6        | Умеет: использовать современные методы самооценки здоровья и определять признаки неотложных состояний и характер повреждений для определения способов оказания первой помощи | ++   | ++ | ++ | ++ | ++ | ++ | ++ | ++ | ++ |
| УК-6        | Имеет практический опыт: оценки уровня здоровья, гигиенической культуры и ресурсов личного здоровьесбережения                                                                | ++   | ++ | ++ | ++ | ++ | ++ | ++ | ++ | ++ |
| УК-8        | Знает: основные признаки неотложных состояний и алгоритм действий при оказании первой медицинской помощи                                                                     | ++   | ++ | ++ | ++ | ++ | ++ | ++ | ++ | ++ |
| УК-8        | Умеет: определять признаки неотложных состояний и характер повреждений для определения способов оказания первой помощи                                                       | ++   | ++ | ++ | ++ | ++ | ++ | ++ | ++ | ++ |
| УК-8        | Имеет практический опыт: неотложной помощи при наиболее распространенных патологических состояниях                                                                           | ++   | ++ | ++ | ++ | ++ | ++ | ++ | ++ | ++ |

Типовые контрольные задания по каждому мероприятию находятся в приложениях.

## 7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### Печатная учебно-методическая документация

#### а) основная литература:

1. Вайнер Э. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебник для вузов (бакалавриат) / Э. Н. Вайнер. - Москва : КНОРУС, 2021. - 307 с. : ил.
2. Волокитина Т. В. Основы медицинских знаний : учеб. пособие для вузов по направлению "Естеств.-науч. образование" / Т. В. Волокитина, Г. Г. Бральнина, Н. И. Никитинская. - 3-е изд., стер.. - М. : Академия, 2011. - 223, [1] с. : ил.
3. Виленский М. Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента : учеб. пособие для вузов, изучающих дисциплину "Физ. культура", кроме направлений и специальностей в обл. физ. культуры и спорта / М. Я. Виленский, А. Г. Горшков. - 4-е изд., стер.. - М. : КНОРУС, 2016. - 238 с. : ил.

#### б) дополнительная литература:

1. Валеология : науч.-практ. журн. / УНИИ валеологии "Южного федер. ун-та". - Ростов н/Д, 2001-. -
2. Тель Л. З. Валеология: Учение о здоровье, болезни и выздоровлении : В 3 т. . Т. 1 / Л. З. Тель. - М. : АСТ : Астрель, 2001. - 421, [2] с. : ил.

3. Вайнер Э. Н. Валеология : учеб. для вузов / Э. Н. Вайнер. - 5-е изд.. - М. : Флинта: Наука, 2007. - 411, [3] с. : ил.

в) отечественные и зарубежные журналы по дисциплине, имеющиеся в библиотеке:

1. Человек. Спорт. Медицина / Юж.-Урал. гос. ун-т; ЮУрГУ. - Челябинск : Издательство ЮУрГУ, 2016-. -. URL: <http://hsm.susu.ru>

2. Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Психология. Психофизиология : науч. журн. / Юж.-Урал. гос. ун-т; ЮУрГУ. - Челябинск : Издательство ЮУрГУ, 2008-. -. URL: <http://vestnik.susu.ac.ru/>

г) методические указания для студентов по освоению дисциплины:

1. Основы медицинских знаний: учебное пособие / О.В. Байгужина, П.А. Байгужин. – Челябинск: Издательский центр ЮУрГУ, 2024. – 187 с. ISBN 978-5-696-05533-6

из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:

### Электронная учебно-методическая документация

| № | Вид литературы            | Наименование ресурса в электронной форме | Библиографическое описание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---|---------------------------|------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | Основная литература       | ЭБС издательства Лань                    | Милькаманович, В. К. Основы медицинских знаний : учебное пособие / В. К. Милькаманович. — Минск : Вышэйшая школа, 2024. — 352 с. — ISBN 978-985-06-3586-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. <a href="https://e.lanbook.com/book/432320">https://e.lanbook.com/book/432320</a>                                                                                  |
| 2 | Основная литература       | ЭБС издательства Лань                    | Здоровый образ жизни студента : учебное пособие для вузов / В. П. Овчинников, А. М. Фокин, В. С. Кунарев, В. Н. Бледнова. — Санкт-Петербург : Лань, 2024. — 176 с. — ISBN 978-5-507-49537-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. <a href="https://e.lanbook.com/book/422531">https://e.lanbook.com/book/422531</a> . — Режим доступа: для авториз. пользователей. |
| 3 | Дополнительная литература | Электронный каталог ЮУрГУ                | ФГАОУ ВО "ЮУрГУ (НИУ)" - Портал "Электронный ЮУрГУ" <a href="https://lib.susu.ru/">https://lib.susu.ru/</a>                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

Перечень используемого программного обеспечения:

Нет

Перечень используемых профессиональных баз данных и информационных справочных систем:

1. -База данных ВИНТИ РАН(бессрочно)

### 8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

| Вид занятий | № ауд. | Основное оборудование, стенды, макеты, компьютерная техника, предустановленное программное обеспечение, используемое для |
|-------------|--------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|-------------|--------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                 |            |                                                                                                                                      |
|---------------------------------|------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                 |            | различных видов занятий                                                                                                              |
| Зачет                           | 103<br>(6) | Автоматизированное рабочее место с выходом в интернет: системный блок, монитор, клавиатуры, мышь, колонки, микрофон, проектор, экран |
| Пересдача                       | 103<br>(6) | Автоматизированное рабочее место с выходом в интернет: системный блок, монитор, клавиатуры, мышь, колонки, микрофон, проектор, экран |
| Лекции                          | 103<br>(6) | Автоматизированное рабочее место с выходом в интернет: системный блок, монитор, клавиатуры, мышь, колонки, микрофон, проектор, экран |
| Практические занятия и семинары | 103<br>(6) | Автоматизированное рабочее место с выходом в интернет: системный блок, монитор, клавиатуры, мышь, колонки, микрофон, проектор, экран |
| Самостоятельная работа студента | 203<br>(6) | Автоматизированное рабочее место с выходом в интернет: системный блок, монитор, клавиатуры, мышь                                     |