

федеральное государственное
бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Волгоградский государственный
медицинский университет»
Министерства здравоохранения
Российской Федерации

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор Института НМФО

Н.И.Свиридова

«23» января 2024 г.

ПРИНЯТО

на заседании ученого совета
Института НМФО

№ 4 от «23» января 2024 г.

Методические рекомендации по освоению дисциплины

«Основы здорового образа жизни»

Наименование дисциплины: **Основы здорового образа жизни**

Основная профессиональная образовательная программа подготовки кадров
высшей квалификации в ординатуре по специальности: **32.08.12**
Эпидемиология.

Квалификация (степень) выпускника: **врач-эпидемиолог**

Кафедра: **общественного здоровья и здравоохранения Института
непрерывного медицинского и фармацевтического образования.**

Форма обучения – очная

Всего: 3 (з.е.) 36 часов


Волгоград, 2024

Методические рекомендации согласованы с библиотекой

Заведующая библиотекой _____  _____ В.В. Долгова

Рабочая программа согласована с учебно-методической комиссией
Института НМФО ВолгГМУ, протокол № 6 от « 23 » _____ января _____
2024 года

Председатель УМК _____  _____ М.М. Королева

Начальник отдела учебно-методического сопровождения и производственной
практики _____  _____ М.И. Науменко

Рабочая программа утверждена на заседании Ученого совета Института
НМФО протокол № 7 от « 23 » _____ января _____ 2024 года

Секретарь Ученого совета _____  _____ В.Д. Заклякова

1. Общие положения

1. Цель и задачи дисциплины «Основы здорового образа жизни»

Цель - подготовка квалифицированного врача-эпидемиолога медицинской организации, специалиста Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и врача ФГУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии» по специальности "Эпидемиология", обладающего системой универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций, в соответствии с ФГОС ВО, способного и готового для самостоятельной профессиональной деятельности по формированию здорового образа жизни, обучению населения основным гигиеническим мероприятиям оздоровительного характера, направленным на укрепление здоровья, осуществление первичной профилактики наиболее распространенных хронических неинфекционных и инфекционных заболеваний.

Задачи освоения дисциплины:

осуществление комплекса санитарно-противоэпидемических (профилактических) мероприятий, направленных на предотвращение возникновения и распространения инфекционных заболеваний и массовых неинфекционных заболеваний (отравлений) и их ликвидацию, в том числе в условиях чрезвычайных ситуаций;

- проведения санитарно-просветительской работы среди населения и медицинского персонала, гигиенического воспитания детей и подростков, с целью формирования здорового образа жизни;
- формирования мотивированного отношения у населения к сохранению и укреплению своего здоровья и здоровья окружающих;
- оценки состояния здоровья населения;
- формирования у населения мотивации к внедрению элементов здорового образа жизни;
- обучения населения основным гигиеническим мероприятиям оздоровительного характера, способствующим профилактике возникновения заболевания и укреплению здоровья населения;
- организации профилактических мероприятий, направленных на предупреждение заболеваний у населения

2. Результаты обучения

Выпускник, освоивший программу ординатуры, для осуществления следующих обобщенных трудовых функций (ОТФ):

- Деятельность по осуществлению федерального государственного контроля (надзора);

- Деятельность по проведению санитарно-противоэпидемических (профилактических) мероприятий.

должен обладать следующими компетенциями:

универсальные компетенции (УК):

Способность критически и системно анализировать, определять возможности и способы применения достижения в области медицины и фармации в профессиональном контексте (УК-1).

общепрофессиональные компетенции (ОПК):

Способность использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности и соблюдать правила информационной безопасности (ОПК-1);

Способность к разработке предложений по изменению и дополнению профилактических программ в отношении инфекционных и неинфекционных заболеваний (ОПК-5);

Способность к проведению к проведению эпидемиологического обоснования, организации проведения, оценке качества и эффективности профилактических и противоэпидемических мероприятий в отношении инфекционных и неинфекционных заболеваний (ОПК-6).

профессиональные компетенции (ПК):

Готовность к обучению населения основным гигиеническим мероприятиям оздоровительного характера, способствующим сохранению и укреплению здоровья, профилактике заболеваний (ПК-2).

Формирование вышеперечисленных универсальных и профессиональных компетенций предполагает овладение ординатором системой следующих знаний, умений и владений:

Знать:

- законодательные, нормативно-правовые, инструктивно-методические

документы, направленные на охрану здоровья населения и обеспечение санитарно-эпидемиологического благополучия населения;

- политические события и тенденции;
- социальные проблемы и их влияние на качество жизни и здоровье населения разных возрастных групп и профессиональных категорий;
- информационно-коммуникационные технологии в государственных органах и организациях, межведомственный документооборот;
- основы применения современных информационно-коммуникационных технологий, геоинформационных систем;
- информационно-аналитические системы, обеспечивающие сбор, обработку, хранение и анализ данных;
- системы управления государственными информационными ресурсами;
- требования по обеспечению безопасности персональных данных работников организации, пациентов и сведений, представляющих врачебную тайну;
- особенности специфической и неспецифической профилактики инфекционной и неинфекционной заболеваемости;
- правила проведения противоэпидемических мероприятий в очагах инфекций;
- мероприятия, направленные на снижение воздействия основных факторов риска развития инфекционных и неинфекционных болезней;
- уровень обоснованности рекомендаций по профилактике инфекционных и неинфекционных болезней;
- национальный календарь профилактических прививок, сроки проведения профилактических прививок и категории граждан, подлежащих вакцинации; социально значимые вирусные инфекции;
- требования к организационным, санитарно-противоэпидемическим (профилактическим) мероприятиям, направленным на обеспечение личной и общественной безопасности, защиту окружающей среды при работе с патогенными биологическими агентами;

- принципы клинической эпидемиологии;
- основы менеджмента качества и безопасности медицинской деятельности медицинской организации;
- методы оценки эффективности (эпидемиологической, социальной, экономической) санитарно-противоэпидемических (профилактических) мероприятий;
- методы эпидемиологического обследования очага заболевания и методы эпидемиологического анализа;
- принципы использования статистических приемов для решения эпидемиологических задач и анализа эффективности профилактических и противоэпидемических мероприятий в отношении инфекционных и неинфекционных заболеваний.

Уметь:

- выделять и систематизировать существенные свойства и связи предметов, отделять их от частных свойств;
- анализировать и систематизировать любую поступающую информацию;
- выявлять основные закономерности изучаемых объектов;
- критически оценивать поступающую информацию вне зависимости от ее источника;
- осуществлять анализ нормативной и инструктивно-методической документации;
- редактировать тексты профессионально-значимого содержания;
- анализировать факторы, оказывающие значимое влияние на процессы формирования здоровья населения;
- управлять информацией (поиск, интерпретация, анализ информации, в т.ч. из множественных источников с оценкой достоверности контента);
- выявлять зависимости между регистрируемыми случаями заболеваний и общим фоном заболеваемости на территории, прилегающей к очагу;
- оценивать данные ретроспективного и оперативного анализа;

- избегать автоматического применения стандартных приемов при решении профессиональных задач;
- использовать информационно-коммуникационные технологии, в том числе интернет-ресурсы;
- формулировать задачи для информатизации компонентов эпидемиологического мониторинга: стратифицировать полученные данные для выявления групп и факторов риска;
- разрабатывать проекты нормативных актов и методических документов, необходимых для внедрения современных методов и инструментов оказания услуг в области санитарно-эпидемиологического благополучия населения с учетом правил информационной безопасности;
- обосновывать разработку профилактических и противоэпидемических программ для регионального уровня реализации и организовывать их исполнение;
- осуществлять поиск систематических обзоров для использования в профилактике инфекционных болезней;
- разрабатывать профилактические программы, формировать систему показателей их выполнения;
- обеспечивать мероприятия по первичной и вторичной профилактике наиболее часто встречающихся в медицинской организации заболеваний;
- выявлять основные закономерности развития эпидемического процесса, в том числе среди эпидемиологически значимых групп населения вне, территорий, с учетом значимости факторов риска;
- разрабатывать программы профилактики неинфекционных болезней, основанных на результатах эпидемиологического мониторинга, данных доказательной медицины и принципах клинической эпидемиологии;
- составлять целевые комплексные программы и планы дезинфекционных, стерилизационных, дезинсекционных, дератизационных мероприятий.

Владеть навыками:

- навыками сбора, обработки, критического анализа и систематизации профессиональной информации; навыками выбора методов и средств решения профессиональных задач;

- навыками управления информацией (поиск, интерпретация, анализ информации, в т.ч. из множественных источников);

- владеть компьютерной техникой, получать информацию из различных источников, работать с информацией в глобальных компьютерных сетях;

- навыком проведения анализа материалов официальной статистики о заболеваемости населения, демографических процессов, социально-экономической ситуации, санитарном состоянии объектов окружающей среды; анализа форм учетной и отчетной медицинской документации;

- владеть навыками организации и контроля полноты и эффективности электронного документооборота в медицинской организации по разделу обеспечения эпидемиологической безопасности медицинской деятельности и профилактике инфекционных (паразитарных) и неинфекционных болезней среди пациентов, медицинского персонала и населения;

- пользоваться набором средств информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" для профессиональной деятельности;

- уметь разрабатывать планы проведения противоэпидемических мероприятий на основе прогноза заболеваемости и организация их исполнения;

- организовывать и проводить эпидемиологические исследования в области инфекционных и неинфекционных болезней;

- составлять профилактические программы;

- вносить предложения в органы исполнительной власти об улучшении санитарно-эпидемиологической обстановки на территории;

- осуществлять менеджмент качества и безопасности профилактической деятельности медицинской организации;

- управлять внутренними аудитами в рамках обеспечения эпидемиологической безопасности в системе менеджмента качества и

безопасности медицинской деятельности в медицинской организации;
оценивать эффективность (эпидемиологическую, социальную, экономическую) программ профилактики инфекционных и неинфекционных болезней;

- владеть навыками отбора проб используемых препаратов для лабораторного контроля процентного содержания активноедействующего вещества и концентрации используемого раствора.

Перечень универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенции выпускников и индикаторы их достижения

Коды компетенций	Название компетенций	Код и наименование индикатора достижения универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций (ИК)		
		знать	уметь	владеть
УК-1	Способность критически и системно анализировать, определять возможности и способы применения достижения в области медицины и фармации в профессиональном контексте.	Подходы к анализу проблемной ситуации, выявляя ее составляющие и связи между ними; решения по устранению недостающей информации на основании проведенного анализа; методы критического анализа информационных источников; законодательные, нормативно-правовые, инструктивно-методические документы, направленные на охрану здоровья населения и обеспечение санитарно-эпидемиологического благополучия населения, политические события и тенденции, социальные проблемы и их влияние на качество жизни и здоровье населения разных возрастных групп и профессиональные	Критически оценивать надежность источников информации, работать с противоречивой информацией из разных источников; системно проанализировать проблемную ситуацию, выявляя составляющие и связи между ними; выделять и систематизировать существенные свойства и связи предметов, отделять их от частных свойств; анализировать и систематизировать любую поступающую информацию; выявлять основные закономерности изучаемых объектов; критически оценивать поступающую информацию вне зависимости от ее источника; осуществлять анализ	Навыками сбора, обработки, критического анализа и систематизации профессиональной информации; навыками выбора методов и средств решения профессиональных задач; навыками управления информацией (поиск, интерпретация, анализ информации, в т.ч. из множественных источников. Владеть: компьютерной техникой, получать информацию из различных источников, работать с информацией в глобальных компьютерных сетях; навыком проведения анализа материалов официальной статистики о заболеваемости населения, демографических процессов, социально-

		<p>х категорий; интенсивные и экстенсивные показатели по инфекционным болезням, методику проведения эпидемиологического анализа.</p>	<p>нормативной и инструктивно - методической документации; редактировать тексты профессионально -значимого содержания; анализировать факторы, оказывающие значимое влияние на процессы формирования здоровья населения, управлять информацией (поиск, интерпретация, анализ информации, в т.ч. из множественных источников с оценкой достоверности контента); выявлять зависимости между регистрируемым и случаями заболеваний и общим фоном заболеваемости на территории, прилегающей к очагу, оценивать данные ретроспективного и оперативного анализа; избегать автоматического применения стандартных приемов при решении профессиональн</p>	<p>экономической ситуации, санитарном состоянии объектов окружающей среды; анализа форм учетной и отчетной медицинской документации.</p>
--	--	--	--	--

			ых задач; применять описательные, аналитические и экспериментальн ые методы для эпидемиологичес кого мониторинга паразитарных болезней.	
ОПК-1	Способность использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности и соблюдать правила информационной безопасности.	Информационно-коммуникационные технологии в государственных органах и организациях, межведомственной документооборот; основы применения современных информационно-коммуникационных технологий, геоинформационных систем; информационно-аналитические системы, обеспечивающие сбор, обработку, хранение и анализ данных; системы управления государственными информационными ресурсами; специфику и особенности применения в профессиональной деятельности технического оборудования; требования по обеспечению безопасности персональных данных	Использовать информационно-коммуникационные технологии, в том числе интернет-ресурсы; использовать техническое оборудование в рамках решения профессиональных задач, формулировать задачи для информатизации компонентов эпидемиологического мониторинга; стратифицировать полученные данные для выявления групп и факторов риска. Уметь пользоваться навыками организации и контроля полноты и эффективности электронного документооборота в медицинской организации по разделу обеспечения эпидемиологичес	Владеть и пользоваться набором средств информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" для профессиональной деятельности. Способен разрабатывать проекты нормативных актов и методических документов, необходимых для внедрения современных методов и инструментов оказания услуг в области санитарно-эпидемиологического благополучия населения с учетом правил информационной безопасности.

		<p>работников организации, пациентов и сведений, представляющих врачебную тайну.</p>	<p>кой безопасности медицинской деятельности и профилактике инфекционных (паразитарных) и неинфекционных болезней среди пациентов, медицинского персонала и населения.</p>	
ОПК-5	<p>Способность к разработке предложений по изменению и дополнению профилактических программ в отношении инфекционных и неинфекционных заболеваний.</p>	<p>Основные законодательные и нормативные акты по экономическим и правовым вопросам профессиональной деятельности; особенности специфической и неспецифической профилактики инфекционной и неинфекционной заболеваемости; правила проведения противоэпидемических мероприятий в очагах инфекций; мероприятия, направленные на снижение воздействия основных факторов риска развития инфекционных и неинфекционных болезней; уровень обоснованности рекомендаций по профилактике инфекционных и неинфекционных болезней;</p>	<p>Осуществлять расчет экономического ущерба от инфекционных и массовых неинфекционных заболеваний; обосновывать разработку профилактических и противоэпидемических программ для регионального уровня реализации и организовывать их исполнение, готовить локальные нормативные документы в сфере ведения; использовать полученные знания в сфере экономики и права в профессиональной деятельности врача-эпидемиолога; осуществлять поиск систематических обзоров для использования в</p>	<p>Методикой расчета экономического ущерба от инфекционных и массовых неинфекционных заболеваний; методами оценки эффективности профилактических и противоэпидемических мероприятий; навыками подготовки проектов нормативных актов по обеспечению санитарно-эпидемиологического благополучия; принципами разработки информационно-аналитических программ, определения показателей и формирования системы мониторинга в отношении инфекционных и неинфекционных</p>

		<p>национальный календарь профилактических прививок, сроки проведения профилактических прививок и категории граждан, подлежащих вакцинации; социально значимые вирусные инфекции.</p>	<p>профилактике инфекционных болезней; разрабатывать профилактические программы, формировать систему показателей их выполнения; обеспечивать мероприятия по первичной и вторичной профилактике наиболее социально значимых инфекционных заболеваний.</p>	<p>заболеваний; умением разрабатывать программы профилактики и планы проведения противоэпидемических мероприятий на основе прогноза заболеваемости и организация их исполнения; навыком организовывать и проводить эпидемиологические исследования в области инфекционных и неинфекционных болезней; навыком составления профилактической программы по оздоровлению очагов инфекционных болезней; навыком вносить предложения в органы исполнительной власти об улучшении санитарно-эпидемиологической обстановки на территории.</p>
ОПК-6	<p>Способность к проведению эпидемиологического обоснования, организации проведения, оценке качества и эффективности профилактических и</p>	<p>Требования к организационным, санитарно-противоэпидемическим (профилактическим) мероприятиям, направленным на обеспечение личной и общественной</p>	<p>Выявлять основные закономерности развития эпидемического процесса, в том числе среди эпидемиологически значимых групп населения вне, территорий,</p>	<p>Навыком осуществлять менеджмент качества и безопасности профилактической деятельности медицинской организации; навыком управления</p>

	<p>противоэпидеми- ческих мероприятий в отношении инфекционных и неинфекционных заболеваний.</p>	<p>безопасности, защиту окружающей среды при работе с патогенными биологическими агентами; принципы клинической эпидемиологии; основы менеджмента качества и безопасности медицинской деятельности медицинской организации; методы оценки эффективности (эпидемиологичес- кой, социальной, экономической) санитарно- противоэпидемиче- ских (профилактически- х) мероприятий; методы эпидемиологическ- ого обследования очага заболевания и методы эпидемиологическ- ого анализа; принципы использования статистических приемов для решения эпидемиологическ- их задач и анализа эффективности профилактических и противоэпидемиче- ских мероприятий в отношении инфекционных и неинфекционных заболеваний.</p>	<p>с учетом значимости факторов риска; разрабатывать программы профилактики неинфекционных болезней, основанные на результатах эпидемиологичес- кого мониторинга, данных доказательной медицины и принципах клинической эпидемиологии; составлять целевые комплексные программы и планы дезинфекционны- х, стерилизационны- х, дезинсекционны- х, дератизационных мероприятий; проводить оценку эффективности профилактически- х мероприятий; оценивать результаты обследования и методов исследования; обеспечивать мероприятия по первичной и вторичной профилактике инфекционных и неинфекционных заболеваний; оценивать качество и</p>	<p>внутренними аудитами в рамках обеспечения эпидемиологичес- кой безопасности в системе менеджмента качества и безопасности медицинской деятельности в медицинской организации. Способен оценить эффективность (эпидемиологичес- кой, социальной, экономической) программ профилактики инфекционных и неинфекционных болезней; владеть навыками отбор проб используемых препаратов для лабораторного контроля процентного содержания активнодействую- щего вещества и концентрации используемого раствора. Владеть: методами эпидемиологичес- кого анализа заболеваемости с выявлением ведущих причин и факторов, способствующих возникновению и распространению инфекционных болезней и массовых неинфекционных</p>
--	--	---	--	---

			<p>эффективность профилактических и противоэпидемических мероприятий в отношении инфекционных и неинфекционных заболеваний; формулировать выводы на основе поставленной цели и разрабатывать мероприятия в отношении инфекционных и неинфекционных заболеваний.</p>	<p>заболеваний (отравлений); методами использования иммунобиологических лекарственных препаратов; навыком рассчитывать охват профилактическими прививками; методикой расчета иммунной прослойки и оценивать эффективность проведения проф. прививок.</p>
ПК-2.	<p>Готовность к обучению населения основным гигиеническим мероприятиям оздоровительного характера, способствующим сохранению и укреплению здоровья, профилактике заболеваний.</p>	<p>Теоретические основы и научные принципы организации рационального образа жизни населения; основы санитарно-просветительной работы по формированию здорового образа жизни населения, принципы проведения основных гигиенических мероприятий оздоровительной направленности.</p>	<p>Определять основные направления гигиенического воспитания и формирования здорового образа жизни по профилактике инфекционных и паразитарных болезней; проводить санитарно-просветительную работу по формированию гигиенических навыков здорового образа жизни, отказа от курения, рационального питания и проч.</p>	<p>Навыками пропаганды здорового образа жизни и вопросам профилактики инфекционных и наиболее распространенных неинфекционных заболеваний; навыками проведения гигиенического воспитания и обучения;</p> <p>навыками подготовки и размещения на официальном сайте информации о результатах</p>

			рекомендаций оздоровительног о характера.	проверок, информации об услугах, оказываемых гражданам; навыками подготовки информационно- аналитических материалов для населения о результатах профилактическо й и противоэпидемио логической деятельности.
--	--	--	---	--

2. Рекомендации к занятиям лекционного типа

Эффективность усвоения лекционного материала зависит от уровня мотивации ординатора к овладению конкретными знаниями, а также наличия навыка работы на лекциях.

Результатом освоения лекционного курса должна быть систематизация и структурирование нового учебного материала, включение его в уже имеющуюся у ординатора систему знаний, использование его в качестве базы для дальнейшего изучения темы.

Для успешного освоения лекционного курса дисциплины рекомендовано:

- руководствоваться тематическим планом лекций, размещенным в электронной информационно-образовательной среде ВолГМУ;
- перед очередной лекцией просмотреть по конспекту материал предыдущей лекции, а также хотя бы бегло ознакомиться с содержанием очередной лекции по основным источникам литературы в соответствии с рабочей программой дисциплины;
- в ходе лекции вести конспектирование учебного материала;
- вслед за лектором внимательно и детально выполнять необходимые рисунки, чертежи, графики, схемы;
- задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью лучшего уяснения рассматриваемых вопросов.

3. Рекомендации к занятиям семинарского типа

Семинарское занятие - вид учебных занятий, при котором в результате предварительной работы над учебным материалом преподавателя и ординатора, в обстановке их контактной работы решаются задачи познавательного и воспитательного характера. Цель такой формы обучения – углубленное изучение дисциплины, закрепление полученного теоретического материала в форме внеаудиторной самостоятельной работы, овладение методологией научного познания и формирования базовых умений

формирование мотивационной и практической готовности к профессиональной деятельности врача-эпидемиолога

Эффективность освоения темы на занятиях зависит от уровня мотивации ординатора к овладению конкретными знаниями и умениями, а также наличия навыка аудиторной работы на занятиях.

Результатом освоения курса дисциплины в рамках занятий должна быть систематизация и структурирование учебного материала по изучаемой теме, включение его в уже имеющуюся у ординатора систему знаний, освоение необходимых практических навыков.

Задачи практических занятий:

- мотивация к регулярному изучению теоретического учебного материала, основной, дополнительной литературы;
- закрепление теоретических прослушивании лекций и во время внеаудиторной самостоятельной работы;
- получение навыков устного и публичного выступления по теоретическим вопросам, включая навыки по свободному оперированию организационными и управленческими понятиями и категориями;
- формирование навыков по универсальным и профессиональным компетенциям;
- возможность преподавателю систематически контролировать как самостоятельную работу ординаторов, так и свою работу.

Для эффективного освоения материалов дисциплины на занятиях рекомендовано:

- руководствоваться при подготовке к занятиям тематическим планом занятий, размещенным в электронной информационно-образовательной среде ВолгГМУ;
- использовать рекомендованную литературу;
- до очередного занятия проработать теоретический материал, соответствующий теме занятия, по конспекту лекции и/или литературе;

- для повышения качества подготовки к занятию составлять планы, схемы, таблицы, конспекты по материалам изучаемой темы, поскольку ведение записей превращает чтение в активный процесс и мобилизует, наряду со зрительной, моторную память;
- в начале занятия задать преподавателю вопросы по материалу, вызвавшему затруднения в понимании и освоении.

4. Рекомендации к выполнению самостоятельной работы ординаторов

Самостоятельная работа ординаторов по дисциплине является обязательным элементом федеральных государственных образовательных стандартов по программам высшего образования – программам подготовки кадров высшей квалификации в ординатуре.

Самостоятельная работа обучающихся является специфическим педагогическим средством организации и сопровождения самостоятельной деятельности ординаторов в учебном процессе, формирования эффективной коммуникативной компетентности ординаторов.

Выполнение ординатором самостоятельной работы нацелено на:

- формирование способностей у обучающегося к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развитие исследовательских умений.
- фиксирование и систематизирование полученных теоретических познаний и практического опыта; формирование умений использовать научную, правовую, справочную и специальную литературу; развитие познавательных способностей и инициативности ординаторов, ответственность, организованность, стремление к саморазвитию;
- формирование умения правильно пользоваться полученным ранее материалом, собранным в процессе самостоятельного наблюдения, выполнения заданий различного характера.

Эффективность самостоятельной работы зависит от уровня мотивации

ординатора к овладению конкретными знаниями и умениями, наличия навыка самостоятельной работы, сформированного на предыдущих этапах обучения, а также от наличия четких ориентиров выполнения самостоятельной работы.

Результатом самостоятельной работы должна быть систематизация и структурирование учебного материала по изучаемой теме, включение его в уже имеющуюся у ординатора систему знаний.

Для повышения эффективности выполнения самостоятельной работы ординаторов рекомендовано:

- руководствоваться тематическим планом самостоятельной работы ординатора, размещенным в электронной информационно-образовательной среде ВолгГМУ;
- придерживаться часовой нагрузки, отведенной согласно рабочей программе для самостоятельной работы;
- строго придерживаться установленных форм отчетности и сроков сдачи результатов самостоятельных работ;

5. Рекомендации по подготовке к промежуточной аттестации

Для успешного прохождения промежуточной аттестации по дисциплине необходимо:

- регулярно повторять и прорабатывать материал лекций и учебной литературы в течение всего срока обучения по дисциплине;
- регулярно отрабатывать приобретённые практические навыки в течение всего срока обучения по дисциплине.

6. Перечень рекомендуемой литературы, включая электронные учебные издания

1. Основная литература

а) Основная литература:

1. Здоровый образ жизни : учебное пособие / В. А. Пискунов, М. Р. Максиняева, Л. П. Тупицына и др. - Москва : Прометей, 2012. - 86 с. - ISBN 978-5-7042-2355-9. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704223559.html>

1. Кобяков, Ю. П. Основы здорового образа жизни современного студента : учебное пособие / Кобяков Ю. П. - Москва : Академический Проект, 2020. - 115 с. - (Gaudeamus) - ISBN 978-5-8291-3054-1. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785829130541.html>

Экономова, Т. П. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни / Т. П. Экономова. - Архангельск : ИД САФУ, 2016. - 80 с. - ISBN 978-5-261-01129-3. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785261011293.html>

Артюнина, Г. П. Основы медицинских знаний. Здоровье, болезнь и образ жизни : учебное пособие для высшей школы / Артюнина Г. П., Игнатъкова С. А. - Москва : Академический Проект, 2020. - 560 с. - ("Gaudeamus") - ISBN 978-5-8291-3028-2. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785829130282.html>

Артюнина, Г. П. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебное пособие / Артюнина Г. П. - Москва : Академический Проект, 2020. - 766 с. (Фундаментальный учебник) - ISBN 978-5-8291-3029-9. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785829130299.html>

Основы формирования здоровья детей : учебник/ А. С. Калмыкова и др. ; под ред. А. С. Калмыковой. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2015. - 384 с. - ISBN 978-5-9704-3390-4. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970433904.html>

Кильдиярова, Р. Р. Основы формирования здоровья детей / Р. Р. Кильдиярова, В. И. Макарова, Ю. Ф. Лобанов. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 328 с. - ISBN 978-5-9704-3832-9. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970438329.html>

Основы формирования здоровья детей / Л. А. Жданова [и др.] ; под ред. Л. А. Ждановой. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 416 с. - ISBN 978-5-9704-4268-5. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970442685.html>

10.2 Дополнительная литература

Орехова, Т. Ф. Организация здоровьесберегающего образования в современной школе : практикоориентированная монография / Орехова Т. Ф. - 3-е изд., стереотип. - Москва : ФЛИНТА, 2016. - 355 с. - ISBN 978-5-9765-1210-8. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976512108.html>

Солодовников, Ю. Л. Гигиена и экология человека (цикл лекций и практических занятий) : учебное пособие / Ю. Л. Солодовников. — 5-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2020. — 468 с. — ISBN 978-5-8114-4990-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/130192>

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:

Электронные ресурсы: базы данных, информационно-справочные и поисковые системы - Интернет ресурсы, отвечающие тематике дисциплины, в том числе:

<u>Ссылка на информационный ресурс</u>	<u>Доступность</u>
http://ЭБС «Консультант студента» http:// www.studmedlib.ru	Свободный доступ
Единая реферативная библиографическая база данных (профессиональная база данных) http://www.scopus.com	Свободный доступ
Национальная библиографическая база данных научного цитирования (профессиональная база данных) http://www.elibrary.ru	Свободный доступ
Журнал: <i>Medical Education Online</i> http://med-ed-online.net/	Свободный доступ
http://www.scsml.rssi.ru/	Свободный доступ
Методический центр аккредитации специалистов https://fmza.ru/fos_primary_specialized/	Свободный доступ
ЭИОС ВолГМУ https://elearning.volgmed.ru/	Для участников курса
http://lib.volgmed.ru	Свободный доступ

<u>Ссылка на информационный ресурс</u>	<u>Доступность</u>
http://e.lanbook.com	Свободный доступ