

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
(Минобрнауки России)**
**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Кабардино-Балкарский государственный университет
им. Х.М. Бербекова» (КБГУ)**
Ул. Чернышевского, 173, Нальчик, КБР, 360004. Тел./факс (8-8662) 42-52-54
E-mail.ru: yka@kbsu.ru ОКПО 02069510, ОГРН 1020700739234, ИНН 0711037537, КПП 072501001

27.09.2019 № 01-25/3625
На № _____ от _____

Министерство науки и высшего
образования Российской Федерации

Москва, ул. Тверская, д. 11, кабинет 109

В рамках реализации гранта «Обучение граждан по программам непрерывного образования в образовательных организациях, реализующих дополнительные образовательные программы и программы профессионального обучения» федерального проекта «Новые возможности для каждого» национального проекта «Образование» в 2019 году», учитывая успешный опыт реализации проектов по программам дополнительного профессионального образования, КБГУ предлагает оказание образовательных услуг по программам дополнительного образования «Здоровый образ жизни», «Медицина катастроф», «Догоспитальная медицинская помощь при неотложных состояниях» согласно прилагаемой заявке.

В целях реализации гранта КБГУ обязуется привлечь дополнительно собственные внебюджетные средства в размере не менее 45 % от общего объема запрашиваемого гранта указанного в заявке, направив их на софинансирование проекта.

Также КБГУ берёт обязательство по подготовке в требуемый срок отчетных материалов по результатам реализации образовательных программ в Минобрнауки России.

Ректор

Главный бухгалтер



Ю.К. Альтудов

А.М. Калмыкова

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
(Минобрнауки России)**
**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Кабардино-Балкарский государственный университет
им. Х.М. Бербекова» (КБГУ)**
Ул. Чернышевского, 173, Нальчик, КБР, 360004. Тел./факс (8-8662) 42-52-54
E-mail.ru: yka@kbsu.ru ОКПО 02069510, ОГРН 1020700739234, ИНН 0711037537, КПП 072501001

27.09.2019, № 01.01-28/3633
На № _____ от _____

Министерство науки и высшего
образования Российской Федерации

Москва, ул. Тверская, д. 11, кабинет 109

СПРАВКА

Подтверждаю, что в рамках реализации гранта «Обучение граждан по программам непрерывного образования в образовательных организациях, реализующих дополнительные образовательные программы и программы профессионального обучения» федерального проекта «Новые возможности для каждого» национального проекта «Образование» в 2019 году» по программам дополнительного образования «Здоровый образ жизни», «Медицина катастроф», «Догоспитальная медицинская помощь при неотложных состояниях» будут реализованы механизмы информирования граждан путём проведения рекламной компании среди населения и работодателей, в том числе при помощи использования сайта КБГУ, с возможностью размещения отзывов на образовательные программы.

Ректор



Ю.К. Альтудов

E-mail.ru: yka@kbsu.ru ОКПО 02069510, ОГРН 1020700739234, ИНН 0711037537, КПП 072501001

Ю.К. Альтудов

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
(Минобрнауки России)**

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования**

**«Кабардино-Балкарский государственный университет
им. Х.М. Бербекова» (КБГУ)**

Ул. Чернышевского, 173, Нальчик, КБР, 360004. Тел./факс (8-8662) 42-52-54

E-mail.ru: yka@kbsu.ru ОКПО 02069510, ОГРН 1020700739234, ИНН 0711037537, КПП 072501001

27.09.2019 № 01.01-25/3636

На № _____ от _____

Министерство науки и высшего
образования Российской Федерации

Москва, ул. Тверская, д. 11, кабинет 109

СПРАВКА

Подтверждаю, что в случае реализации гранта «Обучение граждан по программам непрерывного образования в образовательных организациях, реализующих дополнительные образовательные программы и программы профессионального обучения» федерального проекта «Новые возможности для каждого» национального проекта «Образование» в 2019 году» будет заключён договор, в соответствии с которым федеральному государственному бюджетному образовательному учреждению высшего образования «Кабардино-Балкарский государственный университет им. Х.М. Бербекова» будут оказываться услуги по подготовке информационно-аналитических материалов, консультационно-справочных и аналитических, а также рекламных услуг на возмездной основе с рекламным охватом в 41 000 человек.

Ректор

М.П.



Ю.К. Альтудов

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
(Минобрнауки России)**
**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Кабардино-Балкарский государственный университет
им. Х.М. Бербекова» (КБГУ)**
Ул. Чернышевского, 173, Нальчик, КБР, 360004. Тел./факс (8-8662) 42-52-54
E-mail.ru: yka@kbsu.ru ОКПО 02069510, ОГРН 1020700739234, ИНН 0711037537, КПП 072501001

24.09.2019. № 01.01-28/3630
На № _____ от _____

Министерство науки и высшего
образования Российской Федерации

Москва, ул. Тверская, д. 11, кабинет 109

Подтверждаю уровень кадрового обеспечения реализации заявки конкурсного отбора на предоставление гранта в форме субсидий из федерального бюджета на реализацию проекта «Обучение граждан по программам непрерывного образования в образовательных организациях, реализующих дополнительные образовательные программы и программы профессионального обучения» федерального проекта «Новые возможности для каждого» национального проекта «Образование» в 2019 году» по дополнительной общеобразовательной программе «Здоровый образ жизни». (См. Приложение.)



Ю.К. Альтудов

Приложение 1

Квалификации трудовых ресурсов (руководителей и ключевых специалистов), предлагаемых для реализации дополнительной общеобразовательной программы «Здоровый образ жизни»						
Ф.И.О.	Место работы, должность	Специальность и квалификация в соответствии с базовым (дополнительным) образованием	Научная степень, звание	Профессиональные навыки (перечислить основные профессиональные навыки, имеющие непосредственное отношение к роли исполнителя в проекте)	Опыт выполнения аналогичных работ (услуг) (указать название аналогичных работ (услуг), период выполнения)	Подтверждение наличия Специалистов и их квалификации (указать ссылку на реквизиты приказа о назначении на должность/заключенного договора, копию диплома (-ов))
2	3	4	5	6	7	8
Мизиев Исмаил Алимович	Директор Центра дополнительного профессионального образования, профессиональной переподготовки и повышения квалификации медицинского факультета КБГУ	Лечебное дело, хирург, организатор здравоохранения, онколог	Доктор медицинских наук, профессор	Имеет стаж лечебной и педагогической работы более 30 лет. Профессиональные навыки в полной мере соответствуют требованиям к исполнителю в данном проекте. Большой опыт по организации и проведению обучения в области медицины позволит реализовать представленную программу	Имеет стаж лечебной и педагогической работы более 30 лет. Более 20 лет является заведующим кафедрой хирургии. Ведущий хирург республике.	Копия приказа о назначении на должность, копии дипломов и трудовой книжки прилагаются
Гяургиева Оксана Хатиковна	Методист Центра дополнительного профессионального образования, профессиональной переподготовки и повышения	Лечебное дело, терапевт, организатор здравоохранения	Доктор медицинских наук, профессор	Имеет стаж лечебной и педагогической работы более 40 лет. Профессиональные навыки в полной мере соответствуют требованиям к	Имеет стаж лечебной и педагогической работы более 40 лет. Заведовала кафедрой дополнительного образования, опытный клиницист.	Копия приказа о назначении на должность, копии дипломов и трудовой книжки прилагаются

	квалификации медицинского факультета КБГУ			исполнителю в данном проекте. Большой опыт по организации и проведению обучения в области медицины позволит реализовать представленную программу		
Шогенова Фатима Мухамедовна	Методист Центра дополнительного профессионального образования, профессиональной переподготовки и повышения квалификации медицинского факультета КБГУ	Лечебное дело, акушер- гинеколог, организатор здравоохранения	Кандидат медицинских наук	Имеет большой стаж лечебной и педагогической работы. Профессиональные навыки в полной мере соответствуют требованиям к исполнителю в данном проекте. Большой практический опыт позволит реализовать представленную программу	Имеет стаж лечебной и педагогической работы более 40 лет. Заведовала отделением акушерства и гинекологии, заведовала поликлиникой. Опытный преподаватель: проводила занятия не только с врачами и студентами, но и с курсантами Высшей школы Милиции.	Копия приказа о назначении на должность, копии дипломов и трудовой книжки прилагаются

Ректор

Ю.К. Альтудов



**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
(Минобрнауки России)**
**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Кабардино-Балкарский государственный университет
им. Х.М. Бербекова» (КБГУ)**
Ул. Чернышевского, 173, Нальчик, КБР, 360004. Тел./факс (8-8662) 42-52-54
E-mail.ru: yka@kbsu.ru ОКПО 02069510, ОГРН 1020700739234, ИНН 0711037537, КПП 072501001

24.09.2019, № 01.01-25/3632
На № _____ от _____

Министерство науки и высшего
образования Российской Федерации

Москва, ул. Тверская, д. 11, кабинет 109

СПРАВКА

«Пояснение о соответствии образовательной программы»

Подтверждаю, что программа дополнительного образования «Здоровый образ жизни» соответствуют:

- требованиям Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам, утвержденного приказом Минобрнауки России от 1 июля 2013 г. № 499;
- приказу Минобрнауки России от 29 марта 2019 г. № 178;
- глобальной технологической повестки (прогноз научно-технологического развития Российской Федерации до 2030 года);
- потребностям реального сектора экономики;
- интересам различных целевых аудиторий, в том числе граждан предпенсионного и пенсионного возраста, трудовых мигрантов, инвалидов, осуществляющих свою деятельность на территории Российской Федерации.

Ректор

М.П.



Ю.К. Альтудов

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
Дополнительной общеобразовательной программы

Здоровый образ жизни

Очно-заочная форма обучения

трудоемкость 72 часа, в том числе 42 аудиторных часа

на 2019-2020 учебный год

№ п/п	Наименование планирования	Календарный срок проведения
1	Продолжительность обучения	3 недели
3	Учебные дни	Понедельник, среда, четверг, пятница
4	Продолжительность занятий в день (академ. часы, продолжительность занятий)	Понедельник, четверг, пятница - 4 академ. часа, среда – 2 академ. часа
5	Итоговая аттестация	3-я неделя

Проректор по ДП и ДДО



А.Г. Кажаров

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
Дополнительной общеобразовательной программы

Здоровый образ жизни

Очная форма обучения

трудоемкость 72 часа, в том числе 72 аудиторных часа

на 2019-2020 учебный год

№ п/п	Наименование планирования	Календарный срок проведения
1	Продолжительность обучения	3 недели
3	Учебные дни	Понедельник-суббота
4	Продолжительность занятий в день (академ. часы, продолжительность занятий)	4 академических часа (1 академический равен 45 минутам)
5	Итоговая аттестация	3-я неделя

Проректор по ДП и ДПО



А.Г. Кажаров

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КАБАРДИНО-БАЛКАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМ. Х.М. БЕРБЕКОВА»**

**Центр дополнительного профессионального образования,
профессиональной переподготовки
и повышения квалификации медицинского факультета
(ЦДПО ПП и ПК КБГУ)**

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по ДПО

А.Г. Кажаров

2019 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ»**

Срок обучения: 72 часа (2 недели)

Авторы:

Гяургиева Оксана Хатиковна

доктор медицинских наук, профессор

Мизиев Исмаил Алимович

доктор медицинских наук, профессор,

академик РАЕН

Шогенова Фатима Мухамедовна

кандидат медицинских наук

Нальчик

2019

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Данная программа позволяет получать новые и совершенствовать имеющиеся знания в области здорового образа жизни

Трудоемкость освоения – 72 академических часа (1 академический равен 45 минутам). Обучение проводится в очной или очно-заочной форме. При очно-заочной форме обучения аудиторная учебная нагрузка не менее 42 часов, а самостоятельная работа – до 30 часов.

Длительность обучения 3 недели.

Основными компонентами программы являются:

- цель программы;
- планируемые результаты обучения;
- учебный план для очной формы обучения;
- учебно-тематический план для очной формы обучения;
- учебный план для очно-заочной формы обучения;
- учебно-тематический план очно-заочной формы обучения;
- рабочие программы учебных модулей:

Модуль 1 -Здоровый образ жизни человека (населения) – важный фактор формирования здоровья нации;

Модуль 2 -Экологическая обстановка в и опасные факторы для здоровья;

Модуль 3 – Физическая культура – основа здорового образа жизни;

Модуль 4 – Виды закаливания, значение, механизмы оздоровительного эффекта (закаливания воздухом, водой, солнцем, разреженным воздухом, баней);

Модуль 5 – Значение рационального питания в системе ЗОЖ;

Модуль 6 – Пищевые добавки, ГМО и здоровье человека;

Модуль 7 – Роль режима труда и отдыха для сохранения здоровья;

Модуль 8 – Вредные привычки и их профилактика;

Модуль 9 – Психоэмоциональная культура как компонент ЗОЖ;

Модуль 10 – Основы формирования мотиваций и установок на ЗОЖ.

– организационные условия реализации программы включают учебно-методическую документацию, учебно-методическую литературу, материально-техническую базу, оснащение учебных аудиторий, клинические базы, кадровое обеспечение реализации программы, Положение Центра ДПО ПП и ПК КБГУ;

– образцы оценочных материалов для проведения итоговой аттестации (вопросы к экзамену, примеры тестовых заданий и клинических задач).

В учебном плане указывается перечень изучаемых тем, трудоемкость, формы организации учебного процесса, виды контроля знаний и умений.

Обучение слушателей завершает итоговая аттестация по общеобразовательной программе посредством проведения собеседования для выявления теоретической и практической подготовки слушателей.

2. ПРИ УСПЕШНОМ ОСВОЕНИИ ПРОГРАММЫ «ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ» СЛУШАТЕЛЬ ПРИОБРЕТАЕТ СЛЕДУЮЩИЕ ЗНАНИЯ, УМЕНИЯ И НАВЫКИ

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **ЗНАТЬ:**

- понятия о здоровье, образе жизни;
- о здоровом образе жизни, его компонентах и принципах организации;
- о мотивациях к сохранению здоровья и здоровому образу жизни;
- влияние неблагоприятных факторов окружающей среды на здоровье человека;
- о вредных привычках и факторах, ухудшающих состояние здоровья;
- факторы, влияющие на здоровье человека; воздействие стресса на организм человека;
- правила гигиены, способствующие поддержанию высокой работоспособности принципы рационального питания;
- влияние двигательной активности и физического воспитания на здоровье человека;

УМЕТЬ:

- правила личной гигиены, режим труда и отдыха;
- оценивать влияние различных факторов на здоровье человека;
- организовывать и проводить оздоровительные мероприятия;
- предпринимать профилактические меры для снижения уровня инфекционных заболеваний;
- оценивать функциональные состояние, работоспособность и уровень здоровья человека;
- соблюдать режим труда и отдыха.

3. ТРЕБОВАНИЯ К ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

Итоговая аттестация проводится в форме собеседования и должна выявлять теоретическую и практическую подготовку слушателей курса. Слушатели допускаются к итоговой аттестации после изучения дисциплин в объеме, предусмотренном учебным планом общеобразовательной программы «Здоровый образ жизни».

Лица, освоившие общеобразовательную программу «Здоровый образ жизни» и успешно прошедшие итоговую аттестацию, получают документ о дополнительном образовании – сертификат.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

курсов по общеобразовательной программе «ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ»

Цель: приобретение новых знаний и навыков по здоровому образу жизни.

Категория слушателей: граждане в возрасте 18 до 80 лет.

Форма обучения: очная

Трудоемкость освоения – 72 академических часа (1 академический равен 45 минутам).

Длительность обучения: 3 недели.

Режим занятий: 4 часа в день.

№ п/п	Наименование разделов дисциплин и тем	Всего часов	В том числе			Форма контроля
			Лек- ции	Практич. занятия	Самост. работа	
1	2	3	4	5	6	7
1.	<i>Здоровый образ жизни человека (населения) – важный фактор формирования здоровья нации</i>	12	6	6	-	
2.	<i>Экологическая обстановка в и опасные факторы для здоровья</i>	4	4	-	-	
3.	<i>Физическая культура – основа здорового образа жизни</i>	22	10	12	-	зачет
4.	<i>Виды закаливания, значение, механизмы оздоровительного эффекта (закаливания воздухом, водой, солнцем, разреженным воздухом, баней.).</i>	4	2	2	-	
5.	<i>Значение рационального питания в системе ЗОЖ</i>	10	6	4	-	зачет
6.	<i>Пищевые добавки, ГМО и здоровье человека.</i>	2	-	2	-	
7.	<i>Роль режима труда и отдыха для сохранения здоровья</i>	4	4	-	-	
8.	<i>Вредные привычки и их профилактика</i>	6	2	4	-	зачет
9.	<i>Психоэмоциональная культура как компонент ЗОЖ</i>	6	2	4	-	
10.	<i>Основы формирования мотиваций и установок на ЗОЖ.</i>	2	2	-	-	
	ВСЕГО	72	38	34	-	
ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ		СОБЕСЕДОВАНИЕ				

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

курсов по общеобразовательной программе «ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ»

Цель: приобретение новых знаний и навыков по здоровому образу жизни.

Категория слушателей: граждане в возрасте 18 до 80 лет.

Форма обучения: очная

Трудоемкость освоения – 72 академических часа (1 академический равен 45 минутам).

Длительность обучения: 3 недели.

Режим занятий: 4 часа в день.

№ п/п	Наименование разделов дисциплин и тем	Всего часов	В том числе			Форма контроля
			Лек- ции	Практич. занятия	Самост. работа	
1	2	3	4	5	6	7
1.	<i>Здоровый образ жизни человека (населения) – важный фактор формирования здоровья нации</i>	12	6	6	-	
1.1.	Основные компоненты здорового образа жизни.	4	2	2	-	
1.2.	Проблема оптимизации здорового образа жизни – приоритетная задача социальной политики и развития общества	4	2	2	-	
1.3.	Национальные особенности образа жизни	4	2	2	-	
2.	<i>Экологическая обстановка в и опасные факторы для здоровья</i>	4	4	-	-	
3.	<i>Физическая культура – основа здорового образа жизни</i>	22	10	12	-	зачет
3.1.	Физиологические основы физических нагрузок	4	2	2	-	
3.2.	Разработка программы самостоятельной оздоровительной физической тренировки	4	2	2	-	
3.3.	Физический труд, физическая тренировка и оздоровительная физическая тренировка. Классификация физических упражнений	6	2	4	-	
3.4.	Мониторинг здоровья студентов. Проведение тестирования на эмоциональную устойчивость	4	2	2	-	
3.5.	Составление рекомендаций по формированию мотивации физкультурно-оздоровительной деятельности для подростков, родителей. Методика проведения утренней гигиенической гимнастики	4	2	2	-	
4.	<i>Виды закаливания, значение, механизмы оздоровительного эффекта (закаливания воздухом, водой, солнцем, разреженным воздухом, баней)</i>	4	2	2	-	

4.1.	Разработка собственной схемы закаливания и апробирование ее на практике	4	2	2	-	
5.	Значение рационального питания в системе ЗОЖ	10	6	4	-	зачет
5.1.	Правильное питание как фактор ЗОЖ. Значение белков, жиров, углеводов, витаминов, минеральных веществ, воды, питьевого режим	2	2	-	-	
5.2.	Расчет суточной потребности в белках, жирах, углеводах в зависимости от возраста	4	2	2	-	
5.3.	Современная теория питания. Пирамида здорового питания. Особенности питания студентов. Составление рациона питания для студентов	4	2	2	-	
6.	Пищевые добавки, ГМО и здоровье человека	2	-	2	-	
6.1.	Влияние пищевых добавок на здоровье человека. Последствия применения ГМО	2	-	2	-	
7.	Роль режима труда и отдыха для сохранения здоровья	4	4	-	-	
7.1.	Режим дня и его физиологическое значение. Изменение умственной работоспособности в течение дня и недели. Сон как важный фактор здоровья	2	2	-	-	
7.2.	Психолого-педагогические аспекты здорового образа жизни. Стресс и способы защиты	2	2	-	-	
8.	Вредные привычки и их профилактика	6	2	4	-	зачет
8.1.	Влияние табакокурения на здоровье человека. Разработка рекомендаций по профилактике табакокурения.	2	-	2		
8.2.	Медико-педагогические аспекты здорового образа жизни. Проблема алкоголизма и наркомании и способы ее преодоления. Ознакомление с приказом МО РФ №1474 «О психологическом тестировании обучающихся образовательных учреждений на предмет потребления наркотических средств, психотропных и других токсических веществ» от 12.04.2011г.	4	2	2		
9.	Психозмоциональная культура как компонент ЗОЖ	6	2	4	-	
9.1.	Основы методики регуляции эмоциональных состояний	2	2	-	-	
9.2.	Система аутогенной тренировки	2	-	2	-	
9.3.	Разработка системы поведения для быстрого снятия стресса и сохранения психологической уравновешенности	2	-	2	-	
10.	Основы формирования мотиваций и установок на ЗОЖ.	2	2	-	-	
	ВСЕГО	72	38	34	-	
ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ		СОБЕСЕДОВАНИЕ				

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

курсов по общеобразовательной программе
«ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ»

Цель: приобретение новых знаний и навыков по здоровому образу жизни.

Категория слушателей: граждане в возрасте 18 до 80 лет.

Форма обучения: очно-заочная.

Трудоемкость освоения – 72 академических часа (1 академический равен 45 минутам).

Длительность обучения: 3 недели.

Режим занятий: 4 часа в день.

№ п/п	Наименование разделов дисциплин и тем	Всего часов	В том числе			Форма контроля
			Лекции	Практич. занятия	Самост. работа	
1	2	3	4	5	6	7
1.	<i>Здоровый образ жизни человека (населения) – важный фактор формирования здоровья нации</i>	12	6	-	6	
2.	<i>Экологическая обстановка в и опасные факторы для здоровья</i>	4	-	-	4	
3.	<i>Физическая культура – основа здорового образа жизни</i>	22	6	10	6	зачет
4.	<i>Виды закаливания, значение, механизмы оздоровительного эффекта (закаливания воздухом, водой, солнцем, разреженным воздухом, баней.).</i>	4	2	-	2	
5.	<i>Значение рационального питания в системе ЗОЖ</i>	10	4	4	2	зачет
6.	<i>Пищевые добавки, ГМО и здоровье человека.</i>	2	-	2	-	
7.	<i>Роль режима труда и отдыха для сохранения здоровья</i>	4	-	-	4	
8.	<i>Вредные привычки и их профилактика</i>	6	2	2	2	зачет
9.	<i>Психоэмоциональная культура как компонент ЗОЖ</i>	6	-	4	2	
10.	<i>Основы формирования мотиваций и установок на ЗОЖ.</i>	2	-	-	2	
	ВСЕГО	72	20	22	30	
ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ		СОБЕСЕДОВАНИЕ				

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
курсов по общеобразовательной программе
«ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ»

Цель: приобретение новых знаний и навыков по здоровому образу жизни.

Категория слушателей: граждане в возрасте 18 до 80 лет.

Форма обучения: очно-заочная.

Трудоемкость освоения – 72 академических часа (1 академический равен 45 минутам).

Длительность обучения: 3 недели.

Режим занятий: 4 часа в день.

№ п/п	Наименование разделов дисциплин и тем	Всего часов	В том числе			Форма контроля
			Лек-ции	Практич. занятия	Самост. работа	
1	2	3	4	5	6	7
1.	<i>Здоровый образ жизни человека (населения) – важный фактор формирования здоровья нации</i>	12	6	-	6	
1.1.	Основные компоненты здорового образа жизни	4	2	-	2	
1.2.	Проблема оптимизации здорового образа жизни – приоритетная задача социальной политики и развития общества	4	2	-	2	
1.3.	Национальные особенности образа жизни	4	2	-	2	
2.	<i>Экологическая обстановка в и опасные факторы для здоровья</i>	4	-	-	4	
3.	<i>Физическая культура – основа здорового образа жизни</i>	22	6	10	6	зачет
3.1.	Физиологические основы физических нагрузок	4	2	-	2	
3.2.	Разработка программы самостоятельной оздоровительной физической тренировки	4	2	2	-	
3.3.	Физический труд, физическая тренировка и оздоровительная физическая тренировка. Классификация физических упражнений	6	2	4	-	
3.4.	Мониторинг здоровья студентов. Проведение тестирования на эмоциональную устойчивость	4	-	2	2	
3.5.	Составление рекомендаций по формированию мотивации физкультурно-оздоровительной деятельности для подростков, родителей. Методика проведения утренней гигиенической гимнастики	4	-	2	2	
4.	<i>Виды закаливания, значение, механизмы оздоровительного эффекта (закаливания воздухом, водой, солнцем, разреженным воздухом, баней.).</i>	4	2	-	2	
4.1.	Разработка собственной схемы закаливания и апробирование ее на практике	4	2	-	2	

5.	Значение рационального питания в системе ЗОЖ	10	4	4	2	зачет
5.1.	Правильное питание как фактор ЗОЖ. Значение белков, жиров, углеводов, витаминов, минеральных веществ, воды, питьевого режим	2	2	-	-	
5.2.	Расчет суточной потребности в белках, жирах, углеводах в зависимости от возраста	4	2	2	-	
5.3.	Современная теория питания. Пирамида здорового питания. Особенности питания студентов. Составление рациона питания для студентов	4	-	2	2	
6.	Пищевые добавки, ГМО и здоровье человека	2	-	2	-	
6.1.	Влияние пищевых добавок на здоровье человека. Последствия применения ГМО	2	-	2	-	
7.	Роль режима труда и отдыха для сохранения здоровья	4	-	-	4	
7.1.	Режим дня и его физиологическое значение. Изменение умственной работоспособности в течение дня и недели. Сон как важный фактор здоровья	2	-	-	2	
7.2.	Психолого-педагогические аспекты здорового образа жизни. Стресс и способы защиты	2	-	-	2	
8.	Вредные привычки и их профилактика	6	2	2	2	зачет
8.1.	Влияние табакокурения на здоровье человека. Разработка рекомендаций по профилактике табакокурения	2	-	-	2	
8.2.	Медико-педагогические аспекты здорового образа жизни. Проблема алкоголизма и наркомании и способы ее преодоления. Ознакомление с приказом МО РФ №1474 «О психологическом тестировании обучающихся образовательных учреждений на предмет потребления наркотических средств, психотропных и других токсических веществ» от 12.04.2011г.	4	2	2	-	
9.	Психоэмоциональная культура как компонент ЗОЖ	6	-	4	2	
9.1.	Основы методики регуляции эмоциональных состояний	2	-	-	2	
9.2.	Система аутогенной тренировки	2	-	2	-	
9.3.	Разработка системы поведения для быстрого снятия стресса и сохранения психологической уравновешенности	2	-	2	-	
10.	Основы формирования мотиваций и установок на ЗОЖ	2	-	-	2	
	ВСЕГО	72	20	22	30	
ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ		СОБЕСЕДОВАНИЕ				

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Нормативные правовые акты:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации».
3. Федеральный закон от 29.11.2010 № 326-ФЗ «Об обязательном медицинском страховании в Российской Федерации».
4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 1 июля 2013 г. № 499 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам».

Основная литература:

1. Вайнер Э.Н. ЗОЖ как принципиальная основа обеспечения здоровой жизнедеятельности // ОБЖ. Основы безопасности жизни. – 2009. – № 3. – С. 39–46.
2. Синягина Н.Ю., Кузнецова И.В. Здоровье как образ жизни // Здоровье всех от А до Я. – 2007. – № 2. – С. 41-47.
3. Суравегина И.Т. Здоровый образ жизни выбери сам: Здоровье человека как экологическая проблема // Экология и жизнь. – 2007. – № 4. – С.28–31.
4. Шмаков С. Детям о здоровье // Здоровье всех от А до Я. – 2007. – № 2. – С.94-128.
5. Анисимов В.В. Экспресс – диагностические методы оценки здоровья: Урок-практикум // ОБЖ. Основы безопасности жизни. – 2009. – №7. – С.8-13.
6. Вайнер Э. Н. Валеологические подходы и критерии здоровья и болезни // ОБЖ. Основы безопасности жизни. – 2008. – №12, 2009. – №1. – С.47
7. Зубова С. А. Рациональное питание: Урок-практикум, 9-й класс // ОБЖ. Основы безопасности жизни. – 2009. – №3. – С. 17-21
8. Вайнер Э.Н. Особенности воспитания культуры здоровья в системе общего образования // ОБЖ. Основы безопасности жизни. – 2009. – №5. – С.47-59.
9. Калягин А.Н., Швецова Е.А. Школа по преодолению табачной зависимости: Курс из восьми занятий // ОБЖ. Основы безопасности жизни. – 2009. – №3. – С.51-54., №4. – С.54-60; №5. – С.40-46.

Информационное обеспечение курсов «Здоровый образ жизни»:

1. Электронная библиотечная система «Консультант студента» Электронная библиотека медицинского вуза. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2016. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.studmedlib.ru> карты индивидуального доступа.
2. Электронная библиотечная система «Консультант студента» Электронная библиотека медицинского вуза. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2016. [Электронный

ресурс]. – Режим доступа: <http://www.studmedlib.ru> карты индивидуального доступа.

3. Электронная библиотечная система «Национальный цифровой ресурс «Руконт». – М.: Контекстум, 2016. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.rucont.ru> через IP-адрес академии.

4. Информационно-справочная система «Медицина и здравоохранение». – СПб.: Кодекс, 2016. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: сетевой офисный вариант по IP-адресу академии.

5. TyZdorova.com

6. [it-med.ru > library/f/fiziologicheskie.htm](http://it-med.ru/library/f/fiziologicheskie.htm)

7. [http://zdobr.ru/content/view/26/61/Здоровый образ жизни](http://zdobr.ru/content/view/26/61/Здоровый_образ_жизни)

8. <http://www.fisio.ru/zozh.html> Copyright © 2007—2008 fisio.ru

9. [ru.wikipedia.org > wiki/Здоровый_образ_жизни](http://ru.wikipedia.org/wiki/Здоровый_образ_жизни)

Интернет-ресурсы:

1. info@formulavrach.ru – информационный портал для врачей. Режим доступа: с любого компьютера подключенного к сети Интернет.

2. <http://rehabrus.ru> – сайт Союза Реабилитологов России. Режим доступа: с любого компьютера подключенного к сети Интернет

3. <http://neuroreab.ru> – информационный портал для врачей. Режим доступа: с любого компьютера подключенного к сети Интернет.

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Кабинеты. Аудитории №№ 101, 401, 416, 417 Центра ДПО ПП и ПК медицинского факультета КБГУ, аудитории клинических баз КБГУ.

2. Кабинеты функциональных и инструментальных методов исследования клинических баз КБГУ.

3. Лаборатории в лечебно-профилактических учреждениях – базах медицинского факультета КБГУ.

4. Мебель. 65 столов, 150 стульев, 3 интерактивные доски, экраны.

5. Оснащение симуляционного центра: тренажеры, тренажерные комплексы, фантомы, муляжи, спирографы, электрокардиографы.

6. Технические средства обучения: персональные компьютеры с выходом в интернет – 30, мультимедийное оборудование.

ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

Контроль успеваемости осуществляют путем оценки освоения модулей. Промежуточная аттестация проводится в форме зачета. Итоговая аттестация – в форме собеседования и должна выявлять теоретическую и практическую подготовку в соответствии с учебным планом.

Примерная тематика рефератов:

1. Профилактика психо-эмоционального перенапряжения.
2. Режим физической нагрузки для работника умственного труда.
3. Способы профилактики нарушений зрения.
4. Как повысить свой иммунитет?
5. Грипп, ОРЗ – средства профилактики и лечения.
6. Закаливание организма как средство укрепления здоровья.
7. Режим дня студента.
8. Значение биоритмов для рациональной организации образа жизни.
9. Принципы рационального питания.
10. Вегетарианство.
11. Современные диеты с точки зрения диетологии.
12. Голодание как способ сохранения здоровья.
13. Питьевой режим, вода, чай, кофе.
14. Здоровый сон.
15. Алкоголь – культура употребления – профилактика алкоголизма.
16. Молодежь и наркотики.
17. Что необходимо знать о венерических заболеваниях?
18. Атеросклероз, факторы риска, профилактика.
19. Как противостоять экологическому загрязнению.
20. Кариес – причины, способы профилактики.
21. Витамины в нашем рационе.
22. Микроэлементы – роль в формировании здоровья.
23. Биоритмы в жизни человека.
24. Профилактика нарушений зрения у студентов.
25. Сохранение здоровья юношества при работе с компьютером.
26. Культура здоровья как показатель интеллигентности.
27. Влияние табакокурения.
28. Профилактика табакокурения в образовательных учреждениях.
29. Влияние телевидения на состояние подрастающего поколения.
30. Депрессивные состояния в юношеском возрасте.
31. Питание как фактор здоровья.
32. Внешние и внутренние ресурсы здоровья.
33. Формирование здорового образа жизни

**Примерная тематика контрольных вопросов
для итоговой аттестации слушателей
по теме «Здоровый образ жизни»**

1. Раскройте концепцию ЗОЖ.
2. Назовите факторы ЗОЖ.
3. Проанализируйте исторический опыт человечества с точки зрения современных достижений наук о человеке.
4. Раскройте понятие «здоровье» (индивидуальное, групповое, общественное).
5. Естественные системы регулирования и обеспечения неспецифической защиты организма человека.
6. Что входит в понятие «среда обитания»? Ее значение для здоровья человека.
7. Назовите пути сохранения природной среды обитания.
8. Профилактика нарушений состояния здоровья человека.
9. Смоделируйте день (неделю, год) своей жизни в соответствии с концепцией ЗОЖ.
10. Что такое конституция человека? Морфотипы человека?
11. Что такое весоростовой индекс, пропорции тела?
12. Что такое уровень физического развития? В какой степени уровень физического развития является показателем здоровья?
13. Гипокинезия, гиподинамия и пути профилактики.
14. Физические качества и методы их развития.
15. Какие виды физической нагрузки вы знаете?
16. Расскажите о методах самоконтроля.
17. Что такое психофизическая тренировка.
18. Расскажите о строении и функциях пищеварительной системы и ее взаимодействии с другими системами.
19. Влияние физической нагрузки на пищеварительную систему.
20. Основы и организация рационального питания.
21. Роль питания в сохранении здоровья.
22. Что такое режим питания?
23. Каковы особенности питания для разных контингентов населения?
24. Назовите и охарактеризуйте различные системы питания.
25. Диетотерапия и ее значение.
26. Дайте характеристику сбалансированного питания.
27. Какие традиции питания разных народов вы знаете? На чем они основаны?
28. Назовите и охарактеризуйте типы курения.
29. Расскажите о составе табачного дыма.
30. Назовите методы отказа от курения.
31. Методы профилактики.
32. Расскажите об истории возникновения курения.
33. Расскажите об истории возникновения алкоголя.
34. Каков химический состав спиртного? Структурная информация.
35. Опишите механизм воздействия алкоголя на органы и системы человека.

36. Охарактеризуйте стадии опьянения.
37. Какие методы профилактики алкоголизма вы знаете?
38. Какие методы лечения алкоголизма вы знаете?
39. Что такое наркомания и токсикомания?
40. Опишите механизмы действия наркомании и токсикомании.
41. Меры профилактики наркомании и токсикомании.
42. Назовите плюсы и минусы использования жевательной резинки.
43. Назовите другие вредные привычки и объясните механизм их действия

ПРИМЕРЫ ТЕСТОВЫХ ЗАДАНИЙ

1. Наиболее важным слагаемым здорового образа жизни является:

- а) двигательный режим;
- б) рациональное питание;
- в) личная и общественная гигиена;
- г) закаливание организма.

2. Умственную работу следует прерывать физкультурными паузами через каждые:

- а) 25–30 мин;
- б) 40–45 мин;
- в) 55–60 мин;
- г) 70–75 мин.

3. Какие элементы включает в себя здоровый образ жизни:

а) активный отдых; закаливание организма; раздельное питание; гигиена труда; гармонизация психоэмоциональных взаимоотношений;

б) двигательный режим; закаливание организма; рациональное питание; гигиена труда и отдыха; личная и общественная гигиена; гармонизация психоэмоциональных взаимоотношений;

в) двигательный режим; молочное питание; гигиена труда и отдыха; личная и общественная гигиена; гармонизация психоэмоциональных взаимоотношений;

г) двигательный режим; закаливание организма; вегетарианское питание; гигиена тела; гармонизация психоэмоциональных взаимоотношений

4. Укажите последовательно, от каких факторов, прежде всего, зависит здоровье человека: 1) деятельность учреждений здравоохранения; 2) наследственности;

3) состояние окружающей среды; 4) условия и образ жизни.

- а) 1, 2, 3, 4;
- б) 2, 4, 1, 3;
- в) 4, 3, 2, 1;
- г) 3, 1, 4, 2.

5. Работа мышц благотворно действует, прежде всего:

- а) в целом на весь организм;
- б) преимущественно на суставы;
- в) на соединительно-тканые структуры опорно-двигательного аппарата;
- г) преимущественно на нервные «стволы», иннервирующие мышцы.

6. Абу-Али ИбнСина (Авицена) в книге «Канон врачебной науки» в главе «Сохранение здоровья» указал, что главным для сохранения здоровья является:

- а) режим сна;

- б) режим питания;
- в) спортивный режим;
- г) двигательный режим.

7. Установите последовательность действий первой помощи при ранах – 1) ввести противостолбнячную сыворотку; 2) доставить пострадавшего в лечебное учреждение; 3) обработать края раны перекисью водорода; 4) остановить кровотечение; 5) поднять поврежденную часть тела выше туловища:

- а) 1, 2, 3, 4, 5.
- б) 4, 3, 5, 2, 1.
- в) 2, 3, 4, 4, 1.
- г) 5, 4, 2, 1, 3.

8. Укажите уровень частоты сердечных сокращений у здорового человека:

- а) 60–80 уд./мин.;
- б) 72–80 уд./мин.;
- в) 80–85 уд./мин.;
- г) 85–90 уд./мин.

9. Признаки наркотического отравления:

- а) повышение мышечного тонуса, сужение зрачков, ослабление их реакции на свет, покраснение кожи;
- б) тошнота и рвота, головокружение, кровотечение из носа, кашель, насморк;
- в) горечь во рту, беспричинный смех, пожелтение кожи.

10. В соответствии с состоянием здоровья, физическим развитием, уровнем физической подготовленности, все школьники распределяются на следующие медицинские группы:

- а) основную, подготовительную, специальную;
- б) слабую, среднюю, сильную;
- в) без отклонений в состоянии здоровья, с отклонениями в состоянии здоровья;
- г) оздоровительную, физкультурную, спортивную.

11. Для предупреждения развития плоскостопия надо соблюдать следующие профилактические меры:

- а) не носить слишком тесную обувь, обувь на высоком каблуке или на плоской подошве;
- б) для уменьшения деформации свода стопы пользоваться супинаторами, постоянно выполнять корригирующие упражнения, укрепляющие мышцы стопы и голени;
- в) выполнять общеразвивающие упражнения, упражнения для нижних конечностей;
- г) все перечисленные.

12. С какой целью планируют режим дня:

- а) с целью организации рационального режима питания;
- б) с целью четкой организации текущих дел, их выполнения в установленные сроки;
- в) с целью высвобождения времени на отдых и снятия нервных напряжений;
- г) с целью поддержания высокого уровня работоспособности организма.

13. Оздоровительный эффект в занятиях с учащимися подросткового возраста достигается с помощью:

- а) упражнений аэробной направленности средней и большой интенсивности;
- б) изменения количества повторений одного и того же упражнения;
- в) проведения занятий на обычной, увеличенной и уменьшенной площади;
- г) упражнений с интенсивностью выше порога анаэробного обмена.

14. Группа, которая состоит из учащихся, имеющих отклонения в состоянии здоровья, при которых противопоказаны повышенные физические нагрузки, называется:

- а) специальной медицинской группой;
- б) оздоровительной медицинской группой;
- в) группой лечебной физической культуры;
- г) группой здоровья.

15. При проведении закаливающих процедур нужно придерживаться основных принципов закаливания. Определите, какие? 1. принципа систематичности, 2. принципа разнообразности, 3. принципа постепенности, 4. принципа активности, 5. принципа индивидуальности:

- а) 2, 4, 5;
- б) 1, 2, 4;
- в) 3, 4, 5;
- г) 1, 3, 5.

16. Выполнение физических упражнений оказывает существенное влияние:

- а) на рост волос, рост ногтей, плоскостопие, форму ног;
- б) на дыхание, сердцебиение, лабильность нервной системы, осанку, на нарушение обмена веществ в организме;
- в) на внешнее дыхание, вентиляция воздуха в легких, на обмен в легких кислорода и углекислоты между и воздухом и кровью, на использование кислорода тканями организма;
- г) на внешнее дыхание, вентиляция воздуха в легких, на нарушение обмена веществ в организме, конституцию организма.

17. К основным типам телосложения относятся:

- а) недостаточный, достаточный, большой;
- б) легкий, средний, тяжелый;

- в) астенический, нормастенический, гиперстенический;
- г) астенический, суперстенический, мегастенический.

18. Группа, которая состоит из учащихся, имеющих отклонения в состоянии здоровья, при которых противопоказаны повышенные физические нагрузки, называется:

- а) специальной медицинской группой;
- б) оздоровительной медицинской группой;
- в) группой лечебной физической культуры;
- г) группой здоровья.

19. Что понимается под закаливанием:

- а) купание в холодной воде и хождение босиком;
- б) сочетание воздушных и солнечных ванн с гимнастикой и подвижными играми;
- в) укрепление здоровья;
- г) приспособление организма к воздействию внешней среды

20. Чем регламентируются гигиенические нормы и требования:

- а) распоряжением директора школы;
- б) специальными санитарно-гигиеническими правилами (нормами) - СанПИН;
- в) инструкцией учителя физической культуры (тренера);
- г) учебной программой.

21. Здоровый образ жизни – это

- а) Занятия физической культурой
- б) Перечень мероприятий, направленных на укрепление и сохранение здоровья
- в) Индивидуальная система поведения, направленная на сохранение и укрепление здоровья
- г) Лечебно-оздоровительный комплекс мероприятий

22. Образование раковых опухолей у курильщиков вызывает

- а) радиоактивные вещества
- б) никотин
- в) эфирные масла
- г) цианистый водород

23. Что такое режим дня?

- а) порядок выполнения повседневных дел
- б) строгое соблюдение определенных правил
- в) перечень повседневных дел, распределенных по времени выполнения
- г) установленный распорядок жизни человека, включающий в себя труд, сон, питание и отдых

24. Что такое рациональное питание?

- а) питание, распределенное по времени принятия пищи
- б) питание с учетом потребностей организма
- в) питание набором определенных продуктов
- г) питание с определенным соотношением питательных веществ

25. Назовите питательные вещества имеющие энергетическую ценность

- а) белки, жиры, углеводы, минеральные соли
- б) вода, белки, жиры и углеводы
- в) белки, жиры, углеводы
- г) жиры и углеводы

26. Что такое витамины?

- а) Органические химические соединения, необходимые для синтеза белков-ферментов.
- б) Неорганические химические соединения, необходимые для работы организма.
- в) Органические химические соединения, являющиеся ферментами.
- г) Органические химические соединения, содержащиеся в продуктах питания.

27. Что такое двигательная активность?

- а) Любая мышечная активность, обеспечивающая оптимальную работу организма и хорошее самочувствие
- б) Выполнение каких-либо движений в повседневной деятельности
- в) Занятие физической культурой и спортом
- г) Количество движений, необходимых для работы организма

28. Что такое закаливание?

- а) Повышение устойчивости организма к факторам среды, путем систематического их воздействия на организм
- б) Длительное пребывание на холоде, с целью привыкания к низким температурам
- в) Перечень процедур для воздействия на организм холода
- г) Купание в зимнее время

29. Что такое личная гигиена?

- а) Перечень правил для предотвращения инфекционных заболеваний
- б) Совокупность гигиенических правил, выполнение которых способствует сохранению и укреплению здоровья
- в) Правила ухода за телом, кожей, зубами
- г) Выполнение медицинских мероприятий по профилактике заболеваний

30. Назовите основные двигательные качества

- а) Гибкость, выносливость, скоростные и силовые качества
- б) Умение играть в спортивные игры, бегать и выполнять гимнастические упражнения
- в) Количество движений в единицу времени, максимальная амплитуда движений, мышечная сила
- г) Состояние мышц, выражающая их готовность к выполнению движений

31. Одним из важнейших направлений профилактики, является

- а) ЗОЖ
- б) охрана окружающей среды
- в) вакцинация
- г) экологическая безопасность

32. ЗОЖ включает:

- а) охрану окружающей среды
- б) улучшение условий труда
- в) доступность квалифицированной мед. помощи
- г) все ответы верны

33. Принципы способствующие сохранению и укреплению здоровья:

- а) научность
- б) объективность
- в) массовость
- г) все ответы верны

34. Устным методом пропаганды ЗОЖ является

- а) повседневное общение с окружающими
- б) лекция
- в) аудиозаписи
- г) диалог с врачом

35. Какие из перечисленных факторов оказывают наибольшее влияние на индивидуальное здоровье человека?

- а) биологические
- б) окружающая среда
- в) служба здоровья
- г) индивидуальный образ жизни

36. Для развития мышечной выносливости следует выполнять

- а) упражнения на тренажерах
- б) упражнения на внимание
- в) упражнения на растягивание мышц
- г) упражнения с преодолением веса собственного тела

37. В какое время суток работоспособность человека наиболее низкая?

- а) с 17 до 21
- б) с 21 до 1
- в) с 1 до 5
- г) с 5 до 9

38. Что не допускает ЗОЖ?

- а) употребление спиртного
- б) употребление овощей
- в) употребление фруктов
- г) занятия спортом

39. Что является обязательным компонентом ЗОЖ?

- а) чтение книг
- б) посещение лекций
- в) занятия спортом
- г) употребление в пищу овощей

40. Здоровье – это состояние полного...

- а) физического благополучия
- б) духовного благополучия
- в) социального благополучия
- г) все ответы верны

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
"Кабардино-Балкарский Государственный Университет им. Х.М.Бербекова"

Утверждаю:
Ректор КБГУ
проф. Ю.К. Альтудов



подпись
 2019 г.

Калькуляция
стоимости организации обучения по дополнительной общеобразовательной программе
"Здоровый образ жизни"

Объем учебной программы - 72 часа
Продолжительность учебной программы - 2 недели
Количество слушателей - 670 чел.

(в рублях)

п/п	Наименование статей затрат	КОСГУ	Сумма
1	Затраты на оплату труда приглашенных лекторов	226	3 304 485
2	Начисления на оплату труда приглашенных лекторов (27,1%)	226	895 515
3	Затраты на оплату труда лекторов (штатных работников КБГУ)	211	614 439
4	Начисления на оплату труда лекторов (штатных работников КБГУ) (30,2%)	213	185 561
	Итого за счет средств бюджета:		5 000 000
5	Затраты на оплату труда (методическая работа, разработка учебных программ)	211	230 415
6	Начисления на оплату труда за методическую работу, разработку учебных программ	213	69 585
7	Увеличение стоимости материальных запасов	340	80 000
8	Общехозяйственные и накладные расходы		1 950 000
	Итого за счет средств от приносящей доход деятельности КБГУ:		2 330 000
	ИТОГО:		7 330 000

Проректор по ДП и ДПО

А.Г. Кажаров

Начальник УБУ - гл. бухгалтер

А.М. Калмыкова

Начальник УОБПЭ и П

Е.А. Синцов

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

(Минобрнауки России)

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования**

**«Кабардино-Балкарский государственный университет
им. Х.М. Бербекова» (КБГУ)**

Ул. Чернышевского, 173, Нальчик, КБР, 360004. Тел./факс (8-8662) 42-52-54

E-mail.ru: yka@kbsu.ru ОКПО 02069510, ОГРН 1020700739234, ИНН 0711037537, КПП 072501001

24.09.2019 № 01.0-25/3634
На № _____ от _____

Министерство науки и высшего
образования Российской Федерации

Москва, ул. Тверская, д. 11, кабинет 109

Подтверждаю уровень кадрового обеспечения реализации заявки конкурсного отбора на предоставление гранта в форме субсидий из федерального бюджета на реализацию проекта «Обучение граждан по программам непрерывного образования в образовательных организациях, реализующих дополнительные образовательные программы и программы профессионального обучения» федерального проекта «Новые возможности для каждого» национального проекта «Образование» в 2019 году» по дополнительной общеобразовательной программе «Медицина катастроф». (См. Приложение.)

Ректор




Ю.К. Альтудов

Приложение 1

Квалификации трудовых ресурсов (руководителей и ключевых специалистов), предлагаемых для реализации дополнительной общеобразовательной программы «Медицина катастроф»						
Ф.И.О.	Место работы, должность	Специальность и квалификация в соответствии с соответствующим базовым (дополнительным) образованием	Научная степень, звание	Профессиональные навыки (перечислить основные профессиональные навыки, имеющие непосредственное отношение к роли исполнителя в проекте)	Опыт выполнения аналогичных работ (услуг) (указать название аналогичных работ (услуг), период выполнения)	Подтверждение наличия Специалистов и их квалификации (указать ссылку на реквизиты приказа о назначении на должность/заклученного договора, копия диплома (-ов))
2	3	4	5	6	7	8
Мизиев Исмаил Алимович	Директор Центра дополнительного профессионального образования, профессиональной переподготовки и повышения квалификации медицинского факультета КБГУ	Лечебное дело, хирург, организатор здравоохранения, онколог	Доктор медицинских наук, профессор	Имеет стаж лечебной и педагогической работы более 30 лет. Профессорские навыки в полной мере соответствуют требованиям к исполнителю в данном проекте. Большой опыт по организации и проведению обучения в области медицины позволит реализовать представленную программу	Имеет стаж лечебной и педагогической работы более 30 лет. Более 20 лет является заведующим кафедрой хирургии. Ведущий хирург республике.	Копия приказа о назначении на должность, копии дипломов и трудовой книжки прилагаются
Гяургиева Оксана Хатиковна	Методист Центра дополнительного профессионального образования, профессиональной переподготовки и повышения	Лечебное дело, терапевт, организатор здравоохранения	Доктор медицинских наук, профессор	Имеет стаж лечебной и педагогической работы более 40 лет. Профессорские навыки в полной мере соответствуют требованиям к	Имеет стаж лечебной и педагогической работы более 40 лет. Заведовала кафедрой дополнительного образования, опытный клиницист.	Копия приказа о назначении на должность, копии дипломов и трудовой книжки прилагаются

	квалификации медицинского факультета КБГУ			исполнителю в данном проекте. Большой опыт по организации и проведению обучения в области медицины позволит реализовать представленную программу		
Шогенова Фатима Мухамедовна	Методист Центра дополнительного профессионального образования, профессиональной переподготовки и повышения квалификации медицинского КБГУ	Лечебное дело, акушер- гинеколог, организатор здравоохранения	Кандидат медицинских наук	Имеет большой стаж лечебной и педагогической работы. Профессиональные навыки в полной мере соответствуют требованиям к исполнителю в данном проекте. Большой практический опыт позволит реализовать представленную программу	Имеет стаж лечебной и педагогической работы более 40 лет. Заведовала отделением акушерства и гинекологии, заведовала поликлиникой. Опытный преподаватель: проводила занятия не только с врачами и студентами, но и с курсантами Высшей школы Милиции.	Копия приказа о назначении на должность, копии дипломов и трудовой книжки прилагаются

Ректор

Ю.К. Альтудов



**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
(Минобрнауки России)**
**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Кабардино-Балкарский государственный университет
им. Х.М. Бербекова» (КБГУ)**
Ул. Чернышевского, 173, Нальчик, КБР, 360004. Тел./факс (8-8662) 42-52-54
E-mail.ru: yka@kbsu.ru ОКПО 02069510, ОГРН 1020700739234, ИНН 0711037537, КПП 072501001

27.09.2019, № 01.01-25/3636
На № _____ от _____

Министерство науки и высшего
образования Российской Федерации

Москва, ул. Тверская, д. 11, кабинет 109

СПРАВКА

«Пояснение о соответствии образовательной программы»

Подтверждаю, что программа дополнительного образования «Медицина катастроф» соответствуют:

- требованиям Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам, утвержденного приказом Минобрнауки России от 1 июля 2013 г. № 499;
- приказу Минобрнауки России от 29 марта 2019 г. № 178;
- глобальной технологической повестки (прогноз научно-технологического развития Российской Федерации до 2030 года);
- потребностям реального сектора экономики;
- интересам различных целевых аудиторий, в том числе граждан предпенсионного и пенсионного возраста, трудовых мигрантов, инвалидов, осуществляющих свою деятельность на территории Российской Федерации.

Ректор

М.П.



Ю.К. Альтудов

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
Дополнительной общеобразовательной программы

Медицина катастроф

Очно-заочная форма обучения

трудоемкость 72 часа, в том числе 30 аудиторных часов

на 2019-2020 учебный год

№ п/п	Наименование планирования	Календарный срок проведения
1	Продолжительность обучения	3 недели
3	Учебные дни	Понедельник, среда, четверг
4	Продолжительность занятий в день (академ. часы, продолжительность занятий)	Понедельник, четверг - 4 академ. часа, среда – 2 академ. часа
5	Итоговая аттестация	3-я неделя

Проректор по ДП и ДПО

А.Г. Кажаров



КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
Дополнительной общеобразовательной программы

Медицина катастроф

Очная форма обучения

трудоемкость 72 часа, в том числе 72 аудиторных часа

на 2019-2020 учебный год

№ п/п	Наименование планирования	Календарный срок проведения
1	Продолжительность обучения	3 недели
3	Учебные дни	Понедельник-суббота
4	Продолжительность занятий в день (академ. часы, продолжительность занятий)	4 академических часа (1 академический равен 45 минутам)
5	Итоговая аттестация	3-я неделя

Проректор по ДП и ДПО



А.Г. Кажаров

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КАБАРДИНО-БАЛКАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМ. Х.М. БЕРБЕКОВА»**

**Центр дополнительного профессионального образования,
профессиональной переподготовки
и повышения квалификации медицинского факультета
(ЦДПО ПП и ПК КБГУ)**

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по ДПО и ДПО
А.З. Кажаров
« 22 » 2019 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«МЕДИЦИНА КАТАСТРОФ»

Срок обучения: 72 часа (2 недели)

Авторы:

Гяургиева Оксана Хатиковна

доктор медицинских наук, профессор

Мизиев Исмаил Алимович

доктор медицинских наук, профессор,

академик РАЕН

Шогенова Фатима Мухамедовна

кандидат медицинских наук

**Нальчик
2019**

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Данная программа позволяет получать новые и совершенствовать имеющиеся знания в медицине катастроф.

Трудоемкость освоения – 72 академических часа (1 академический равен 45 минутам). Обучение проводится в очной или очно-заочной форме. При очно-заочной форме обучения аудиторная учебная нагрузка не менее 42 часов, а самостоятельная работа – до 30 часов.

Длительность обучения 3 недели.

Основными компонентами программы являются:

- цель программы;
- планируемые результаты обучения;
- учебный план для очной формы обучения;
- учебно-тематический план для очной формы обучения;
- учебный план для очно-заочной формы обучения;
- учебно-тематический план очно-заочной формы обучения;
- рабочие программы учебных модулей:

Модуль 1 – Медицина катастроф. Основные понятия, принципы организации;

Модуль 2 – Медико-тактическая характеристика различных видов катастроф;

Модуль 3 – Занятия в симуляционном центре;

– организационные условия реализации программы включают учебно-методическую документацию, учебно-методическую литературу, материально-техническую базу, оснащение учебных аудиторий, клинические базы, кадровое обеспечение реализации программы, Положение Центра ДПО ПП и ПК КБГУ;

– образцы оценочных материалов для проведения итоговой аттестации (вопросы к экзамену, примеры тестовых заданий и клинических задач).

В учебном плане указывается перечень изучаемых тем, трудоемкость, формы организации учебного процесса, виды контроля знаний и умений.

Обучение слушателей завершает итоговая аттестация по общеобразовательной программе посредством проведения собеседования для выявления теоретической и практической подготовки слушателей.

2. ПРИ УСПЕШНОМ ОСВОЕНИИ ПРОГРАММЫ «МЕДИЦИНА КАТАСТРОФ» СЛУШАТЕЛЬ ПРИОБРЕТАЕТ СЛЕДУЮЩИЕ ЗНАНИЯ, УМЕНИЯ И НАВЫКИ

Слушатель должен знать:

- причины, клинические проявления, методы диагностики, осложнения, принципы лечения, основы медицины катастроф;
- оказание неотложной помощи при ургентных состояниях, угрожающих жизни и здоровью пациентов;
- правила действий при обнаружении больного с признаками особо опасных инфекций, ВИЧ-инфекции.

Должен уметь:

- рационально организовать свой труд;
- планировать работу и анализировать показатели, свидетельствующие о результативности собственной деятельности;
- обеспечить безопасную среду для пациента;
- обеспечить инфекционную безопасность пациента (соблюдение санитарно-гигиенического и противоэпидемического режима);
- выполнять стандартизированные технологии (профилактические, лечебные и диагностические манипуляции и мероприятия) при неотложных состояниях;

- оказывать больным и пострадавшим неотложную доврачебную медицинскую помощь при травмах, отравлениях, острых состояниях и в очагах катастроф в соответствии с государственными стандартами;
- соблюдать технику безопасности и меры по охране собственного здоровья при оказании медицинской помощи;
- самостоятельно получать дополнительные знания и умения в области медицинской помощи при неотложных состояниях.

Должен овладеть практическими навыками:

- осуществления самоконтроля качества оказываемой помощи пациенту;
- оценки функционального состояния пациента;
- выполнения и проведения манипуляций по алгоритму;
- выполнения и проведения диагностических манипуляций;
- осуществления санитарно-гигиенических и противоэпидемических мероприятий;
- проведения сердечно-легочной реанимации,
- оказания первой доврачебной помощи при неотложных состояниях.

3. ТРЕБОВАНИЯ К ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

Итоговая аттестация проводится в форме собеседования и должна выявлять теоретическую и практическую подготовку слушателей курса. Слушатели допускаются к итоговой аттестации после изучения дисциплин в объеме, предусмотренном учебным планом общеобразовательной программы «Медицина катастроф».

Лица, освоившие общеобразовательную программу «Медицина катастроф» и успешно прошедшие итоговую аттестацию, получают документ о дополнительном образовании – сертификат.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

курсов по общеобразовательной программе «Медицина катастроф»

Цель: приобретение новых знаний и навыков по медицине катастроф.

Категория слушателей: граждане в возрасте 18 до 80 лет.

Форма обучения: очная.

Трудоемкость освоения – 72 академических часа (1 академический равен 45 минутам).

Длительность обучения: 3 недели.

Режим занятий: 4 часа в день.

№ п/п	Наименование разделов дисциплин и тем	Всего часов	В том числе			ФОРМА КОНТРОЛЯ
			Лекции	Практич. занятия	Самост. работа	
1	2	3	4	5	6	7
1.	<i>Медицина катастроф. Основные понятия, принципы организации</i>	10	4	6	–	ЗАЧЕТ
2.	<i>Медико-тактическая характеристика различных видов катастроф</i>	48	16	32	–	ЗАЧЕТ
3.	<i>Занятия в симуляционном центре</i>	14	–	14	–	ЗАЧЕТ
ВСЕГО		72	20	52	–	
ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ		СОБЕСЕДОВАНИЕ				

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
курсов по общеобразовательной программе «*Медицина катастроф*»

Цель: приобретение новых знаний и навыков по медицине катастроф.

Категория слушателей: граждане в возрасте 18 до 80 лет.

Форма обучения: очная.

Трудоемкость освоения – 72 академических часа (1 академический равен 45 минутам).

Длительность обучения: 3 недели.

Режим занятий: 4 часа в день.

№ п/п	Наименование разделов дисциплин и тем	Всего часов	В том числе			ФОРМА КОН- ТРОЛЯ
			Лекции	Практич. занятия	Самост. работа	
1	2	3	4	5	6	7
1.	<i>Медицина катастроф. Основные понятия, принципы организации</i>	10	4	6	–	ЗАЧЕТ
1.1.	Основы организации лечебно-эвакуационного обеспечения населения, пострадавшего в ЧС	2		2	–	
1.2.	Основы управления службой медицины катастроф	2		2	2	
1.3.	Организация медицинского обеспечения эвакуации и рассредоточения населения в загородную зону	2	2	–	–	
1.4.	Организация и задачи медицинского снабжения в ЧС мирного и военного времени: принципы	2	2	–	–	
1.5.	Медико-психологическое сопровождение населения, спасателей и персонала СМК при ликвидации ЧС	2	–	2	–	
2.	<i>Медико-тактическая характеристика различных видов катастроф</i>	48	16	32	–	ЗАЧЕТ
2.1.	Медико-тактическая характеристика радиационных катастроф	6	2	4	–	
2.2.	Медико-тактическая характеристика транспортных катастроф	6	2	4	–	
2.3.	Медико-тактическая характеристика террористических актов	6	2	4	–	
2.4.	Медико-тактическая характеристика ЧС пожаро-взрывоопасного характера	6	2	4	–	
2.5.	Медико-тактическая характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера	6	2	4	–	
2.6.	Медико-тактическая характеристика химических катастроф	6	2	4	–	
2.7.	Антидоты, как средства этиотропной терапии. Обоснование их применения	6	2	4	–	
2.8.	Пути обеспечения химической безопасности учреждений здравоохранения	6	2	4	–	
3.	<i>Занятия в симуляционном центре</i>	14	–	14	–	ЗАЧЕТ
ВСЕГО		72	20	52	–	
ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ		СОБЕСЕДОВАНИЕ				

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

курсов по общеобразовательной программе «*Медицина катастроф*»

Цель: приобретение новых знаний и навыков по медицине катастроф.

Категория слушателей: граждане в возрасте 18 до 80 лет.

Форма обучения: очно-заочная.

Трудоемкость освоения – 72 академических часа (1 академический равен 45 минутам).

Длительность обучения: 3 недели.

Режим занятий: 4 часа в день.

№ п/п	Наименование разделов дисциплин и тем	Всего часов	В том числе			ФОРМА КОНТРОЛЯ
			Лекции	Практич. занятия	Самост. работа	
1	2	3	4	5	6	7
1.	<i>Медицина катастроф. Основные понятия, принципы организации</i>	10	4	-	6	ЗАЧЕТ
2.	<i>Медико-тактическая характеристика различных видов катастроф</i>	48	6	10	32	ЗАЧЕТ
3.	<i>Занятия в симуляционном центре</i>	14	-	10	4	ЗАЧЕТ
ВСЕГО		72	10	20	42	
ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ			СОБЕСЕДОВАНИЕ			

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

курсов по общеобразовательной программе «*Медицина катастроф*»»

Цель: приобретение новых знаний и навыков по медицине катастроф.

Категория слушателей: граждане в возрасте 18 до 80 лет.

Форма обучения: очно-заочная.

Трудоемкость освоения – 72 академических часа (1 академический равен 45 минутам).

Длительность обучения: 3 недели.

Режим занятий: 4 часа в день.

№ п/п	Наименование разделов дисциплин и тем	Всего часов	В том числе			ФОРМА КОНТРОЛЯ
			Лек- ции	Практич. занятия	Самост. работа	
1	2	3	4	5	6	7
1.	<i>Медицина катастроф. Основные понятия, принципы организации</i>	10	4	—	6	ЗАЧЕТ
1.1.	Основы организации лечебно-эвакуационного обеспечения населения, пострадавшего в ЧС	2		—	2	
1.2.	Основы управления службой медицины катастроф	2	—	—	2	
1.3.	Организация медицинского обеспечения эвакуации и рассредоточения населения в загородную зону	2	2	—	—	
1.4.	Организация и задачи медицинского снабжения в ЧС мирного и военного времени: принципы	2	2	—	—	
1.5.	Медико-психологическое сопровождение населения, спасателей и персонала СМК при ликвидации ЧС	2	—	—	2	

2.	Медико-тактическая характеристика различных видов катастроф	48	6	10	32	ЗАЧЕТ
2.1.	Медико-тактическая характеристика радиационных катастроф	6	2	—	4	
2.2.	Медико-тактическая характеристика транспортных катастроф	6	2	2	2	
2.3.	Медико-тактическая характеристика террористических актов	6	—	2	4	
2.4.	Медико-тактическая характеристика ЧС пожаро-взрывоопасного характера	6	—	2	4	
2.5.	Медико-тактическая характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера	6	—	—	6	
2.6.	Медико-тактическая характеристика химических катастроф	6	2	—	4	
2.7.	Антидоты, как средства этиотропной терапии. Обоснование их применения	6	—	2	4	
2.8.	Пути обеспечения химической безопасности учреждений здравоохранения	6	—	2	4	
3.	Занятия в симуляционном центре	14	—	10	4	ЗАЧЕТ
ВСЕГО		72	10	20	42	
ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ		СОБЕСЕДОВАНИЕ				

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Нормативные правовые акты:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации».
3. Федеральный закон от 29.11.2010 № 326-ФЗ «Об обязательном медицинском страховании в Российской Федерации».
4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 1 июля 2013 г. № 499 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам».
5. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 15.05.2012 № 543н «Об утверждении Положения об организации оказания первичной медико-санитарной помощи взрослому населению».
6. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 04.05.2012 № 477н «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи».
7. Приказ Минздрава России № 1183н от 24.12.2010г. «Об утверждении порядка оказания медицинской помощи взрослому населению Российской Федерации при заболеваниях терапевтического профиля». Зарегистрирован Минюстом России 11.02.2011г.
8. Приказ Минздрава России № 543н от 15.05.2012г. об утверждении Положения об организации оказания первичной медико-санитарной помощи взрослому населению.
9. Закон РФ от 25.12.1992 г. № 4235-1 «О безопасности».
10. Закон РФ от 21 декабря 1994 г. № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».

Основная литература

1. Левчук И.П., Третьяков Н.В. Медицина катастроф. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2011. – 240 с.
2. Левчук И.П., Третьяков Н.В. Медицина катастроф. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2013. – 240 с.
3. Сидоров П.И., Мосягин И.Г., Сарычев А.С. Медицина катастроф. – М.: Академия, 2012. – 320 с.
4. Сидоров П.И., Мосягин И.Г., Сарычев А.С. Медицина катастроф (+ CD-ROM). – М.: Академия, 2010. – 320 с.
5. Ястребов Г.С. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф. – М.: Феникс, 2013. – 416 с.
6. Дубицкий А.Е., Семенов И.А., Чепкий Л.П. Медицина катастроф. – Киев: Здоровье, 1993.
7. Калинин А.Г., Лукманов М.Ф., Поливанный И.А., Сидоров П.И. Руководство по медицине катастроф. – М.: АГМА, 1999.
8. Белков Ф.Н., Мешков В.В. Медицинская сортировка пораженных в чрезвычайных ситуациях. – М.: Медикас, 1991.
9. Рябочкин В.М., Назаренко Г.И. Медицина катастроф. – М.: ИНИ Лтд, 1996.
10. Мешков В.В. Организация экстренной медицинской помощи населению при стихийных бедствиях и др. чрезвычайных ситуациях. – М.: Медикас, 1992.
11. Гончаров С.Ф. Основные понятия и определения медицины катастроф. – М.: Защита, 1997.
12. ВЦМК «Защита» Медицина катастроф №№ 2-1993г., 1,2-1995г., 4-1996г.
13. Рябочкин В.М., Камчатов Р.А. Служба экстренной медицинской помощи в условиях крупного города. – М.: Медикас, 1991.
14. Сахно И.И., Сахно В.И. Медицина катастроф. – М., 2002.

Информационное обеспечение курсов «Лечебная физкультура и спортивная медицина»

1. Электронная библиотечная система «Консультант студента» Электронная библиотека медицинского вуза. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2016. [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.studmedlib.ru> карты индивидуального доступа.
2. Электронная библиотечная система «Консультант студента» Электронная библиотека медицинского вуза. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2016. [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.studmedlib.ru> карты индивидуального доступа.
3. Электронная библиотечная система «Национальный цифровой ресурс «Руконт». – М.: Контекстум, 2016. [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.rucont.ru> через IP-адрес академии.
4. Информационно-справочная система «Медицина и здравоохранение». – СПб.: Кодекс, 2016. [Электронный ресурс] – Режим доступа: сетевой офисный вариант по IP-адресу академии.

Интернет-ресурсы:

1. info@formulavrach.ru – информационный портал для врачей. Режим доступа: с любого компьютера подключенного к сети Интернет.
2. <http://rehabrus.ru> – сайт Союза Реабилитологов России. Режим доступа: с любого компьютера подключенного к сети Интернет
3. <http://neurogeab.ru> – информационный портал для врачей. Режим доступа: с любого компьютера подключенного к сети Интернет.

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Кабинеты. Аудитории №№ 101, 401, 416, 417 Центра ДПО ПП и ПК медицинского факультета КБГУ, аудитории клинических баз КБГУ.
2. Кабинеты функциональных и инструментальных методов исследования клинических баз КБГУ.
3. Лаборатории в лечебно-профилактических учреждениях – базах медицинского факультета КБГУ.
4. Мебель. 65 столов, 150 стульев, 3 интерактивные доски, экраны.
5. Оснащение симуляционного центра: тренажеры, тренажерные комплексы, фантомы, муляжи, спирографы, электрокардиографы.
6. Технические средства обучения: персональные компьютеры с выходом в интернет – 30, мультимедийное оборудование.

ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

Контроль успеваемости осуществляют путем оценки освоения модулей. Промежуточная аттестация проводится в форме зачета. Итоговая аттестация – в форме собеседования и должна выявлять теоретическую и практическую подготовку в соответствии с учебным планом.

Примерная тематика рефератов:

1. Общая характеристика и классификация защитных средств (защитные сооружения, индивидуальные средства защиты).
2. Особенности развития нервно-психических расстройств у населения и спасателей в условиях ЧС.
3. Ураган, тайфун, циклон, смерч, торнадо. Характеристика. Действия населения при угрозе их возникновения.
4. Снежная буря. Характеристика. Действия населения при угрозе её возникновения.
5. Лесной пожар. Характеристика. Действия населения при возникновении лесного пожара, подручные способы тушения огня.
6. Засуха (необычайно сильная жара). Характеристика. Гипертермия. Клиника, помощь, профилактика перегревания.

7. Необычайно сильные морозы. Характеристика. Профилактика отморожений и переохлаждений, первая медицинская помощь.
8. Землетрясения. Характеристика. Предупредительные меры. Действия населения при возникновении землетрясения. Действия человека в случае нахождения его под обломками здания.
9. Цунами. Характеристика. Способы защиты от цунами. Действия населения при возникновении цунами.
10. Извержения вулканов. Характеристика. Предупредительные меры.
11. Наводнение. Характеристика. Способы защиты. Действия населения при угрозе возникновения наводнения.
12. Сель. Характеристика. Предупредительные меры. Действия населения при угрозе возникновения селевого потока.
13. Оползни. Характеристика. Предупредительные меры. Действия населения при угрозе возникновения оползня.
14. Снежные лавины. Характеристика. Действия населения при угрозе возникновения схода лавины. Действия населения при сходе снежной лавины. Поиск пострадавших при сходе лавины.
15. Автомобильные катастрофы. Действия в экстремальной ситуации при аварии легкового автомобиля. Первая медицинская помощь при автодорожных катастрофах.
16. Общественный транспорт. Правила поведения при проезде в общественном транспорте. Действия в экстремальной ситуации при аварии (пожаре).
17. Катастрофы на железнодорожном транспорте. Правила поведения в вагоне поезда. Действия в экстремальной ситуации (пожар в вагоне).
18. Авиакатастрофы. Правила поведения при взлёте и посадке самолета. Действия в экстремальной ситуации – разгерметизация салона, возникновение пожара на борту самолёта, аварийная посадка на землю, на воду.
19. Катастрофы на водном транспорте. Действия в экстремальной ситуации (кораблекрушение). Высадка с судна на воду.
20. Особенности организации санитарно-противоэпидемических мероприятий в условиях эпидемии.

**Примерная тематика контрольных вопросов
для итоговой аттестации слушателей**

по теме «Догоспитальная медицинская помощь при неотложных состояниях»

1. Основы организации и содержание медицинской помощи на догоспитальном этапе пострадавшим при катастрофах.
2. Кровотечение. Медицинская помощь на догоспитальном этапе.
3. Острая кровопотеря. Медицинская помощь на догоспитальном этапе.
4. Раны. Медицинская помощь на догоспитальном этапе.
5. Раневая инфекция. Медицинская помощь на догоспитальном этапе.
6. Синдром длительного сдавления. Медицинская помощь на догоспитальном этапе.
7. Повреждения черепа и головного мозга. Медицинская помощь на догоспитальном этапе.
8. Повреждения позвоночника и спинного мозга. Медицинская помощь на догоспитальном этапе.
9. Повреждения челюстно-лицевой области. Медицинская помощь на догоспитальном этапе
10. Повреждения шеи. Медицинская помощь на догоспитальном этапе.
11. Повреждения груди. Медицинская помощь на догоспитальном этапе.
12. Повреждения живота. Торакоабдоминальные ранения. Медицинская помощь на догоспитальном этапе.
13. Повреждения таза. Медицинская помощь на догоспитальном этапе.

14. Повреждения органов мочеполовой системы. Медицинская помощь на догоспитальном этапе.
15. Повреждения конечностей. Медицинская помощь на догоспитальном этапе.
16. Термические ожоги. Медицинская помощь на догоспитальном этапе.
17. Отморожения (местное поражение холодом). Медицинская помощь на догоспитальном этапе.
18. Замерзание (местное поражение холодом). Медицинская помощь на догоспитальном этапе.
19. Комбинированные радиационные поражения. Медицинская помощь на догоспитальном этапе.
20. Комбинированные химические поражения. Медицинская помощь на догоспитальном этапе.
21. Травматический шок. Медицинская помощь на догоспитальном этапе.
22. Терминальные состояния. Медицинская помощь на догоспитальном этапе.
23. Химические ожоги. Медицинская помощь на догоспитальном этапе.
24. Электроожоги. Медицинская помощь на догоспитальном этапе.
25. Ожоги зажигательными смесями. Медицинская помощь на догоспитальном этапе.
26. Повреждения органа зрения. Медицинская помощь на догоспитальном этапе.
27. Повреждения ЛОР органов. Медицинская помощь на догоспитальном этапе.
28. Повреждения органов таза у женщин. Медицинская помощь на догоспитальном этапе.
29. Повреждения периферических нервов. Медицинская помощь на догоспитальном этапе.
30. Термические ожоги дыхательных путей. Медицинская помощь на догоспитальном этапе.
31. Ожоговый шок. Доврачебная помощь

Примеры тестовых заданий

№ 1

* 1 -один правильный ответ

Заболеваниями, наиболее затрудняющими проведение спасательных работ в зоне ЧС являются

- 1) простудные заболевания
- 2) особо опасные инфекции
- 3) сердечно-сосудистые заболевания
- 4) заболевания кожи и подкожной клетчатки

! 2

№ 2

* 1 -один правильный ответ

Эвакуация населения при чрезвычайных ситуациях осуществляется по

- 1) показателям общего состояния пострадавших
- 2) эвакуационно-сортировочным признакам
- 3) возрастным показателям
- 4) наличию транспортных средств

! 2

№ 3

* 1 -один правильный ответ

Этап медицинской эвакуации означает

- 1) участок от места ранения до ближайшего лечебного учреждения
- 2) все учебные учреждения, расположенные вблизи очага катастрофы
- 3) участок пути между лечебными учреждениями, в которых оказывается медицинская помощь пострадавшим
- 4) лечебные учреждения, развернутые и работающие на путях эвакуации

! 4

№ 4

* 1 -один правильный ответ

Основным принципом в оказании медицинской помощи в очаге чрезвычайной ситуации является

- 1) преемственность
- 2) непрерывность
- 3) своевременность и полнота первой медицинской помощи
- 4) последовательность

! 3

№ 5

* 1 -один правильный ответ

Основными способами защиты населения от оружия массового поражения являются

- 1) использование защитных сооружений для укрытия населения, рассредоточение и эвакуация населения, использование средств индивидуальной защиты, в том числе медицинской
- 2) эвакуация из городов
- 3) оповещение населения об угрозе нападения использование противогазов
- 4) использование средств индивидуальной защиты и медицинских средств профилактики

! 1

№ 6

* 1 -один правильный ответ

Начальным видом оказания медицинской помощи пострадавшим считается

- 1) первая врачебная
- 2) само- и взаимопомощь
- 3) первая медицинская
- 4) специализированная

! 3

№ 7

* 1 -один правильный ответ

В основу медицинской сортировки при чрезвычайных ситуациях берется

- 1) установление диагноза заболевания (поражения) и его прогноза
- 2) состояние раненого (больного) и нуждаемость в эвакуации на последующие этапы
- 3) тяжесть ранения (заболевания) и срочность оказания медицинской помощи
- 4) срочность проведения лечебных и эвакуационных мероприятий

! 4

№ 8

* 1 -один правильный ответ

Наиболее эффективным способом защиты от внешнего гамма-излучения радиоактивных осадков является

- 1) укрытие в защитных сооружениях
- 2) своевременная эвакуация
- 3) медикаментозная профилактика лучевых поражений
- 4) использование защитной одежды

! 1

№ 9

* 1 -один правильный ответ

Различают следующие виды медицинской сортировки

- 1) пунктовая, эвакуационная
- 2) прогностическая, эвакуотранспортная
- 3) транзитная, эвакуотранспортная
- 4) эвакуотранспортная, внутрипунктовая

! 4

№ 10

* 1 -один правильный ответ

При медицинской сортировке выделяют следующие группы пораженных

- 1) легкораненые, раненые средней степени тяжести, тяжелораненые
- 2) агонирующие, нетранспортабельные, опасные для окружающих
- 3) опасные для окружающих, легкораненые, нетранспортабельные
- 4) опасные для окружающих, нуждающиеся в медицинской помощи на данном этапе, не нуждающиеся в медицинской помощи на данном этапе

! 4

№ 11

* 1 -один правильный ответ

Основным средством общей экстренной профилактики в эпидемиологическом очаге является

- 1) тетрациклин 0,6 х3 в течение 5 дней

- 2) доксициклин 0, 2х1 в течение 5 дней
 - 3) рифампицин 0,6 х 1 в течение 3 дней
 - 4) сульфатон 1,4 х 2 в течение 5 дней
- ! 2

№ 12

* 1 -один правильный ответ

Фактор, способствующий эффективности управления при организации мероприятий по ликвидации последствий катастроф

- 1) полнота информации и содержание принятого решения по ликвидации последствий катастрофы
- 2) правильная оценка обстановки
- 3) обеспеченность медицинской службы персоналом и имуществом
- 4) квалификация лиц, осуществляющих управление

! 1

№ 13

* 1 -один правильный ответ

Профилактика раневой инфекции на этапах медицинской эвакуации включает

- 1) первичную хирургическую обработку ран, наложение асептической повязки, эвакуацию в больничную базу
- 2) антибиотикотерапию, обезболивание, инфузионную терапию
- 3) транспортную иммобилизацию, асептические повязки на раны, обезболивание, первичную хирургическую обработку ран
- 4) наложение асептической повязки на место поражения, надежная транспортная иммобилизация, ранняя антибиотикотерапия, новокаиновые блокады, активная иммунизация, исчерпывающая первичная хирургическая обработка ран, восполнение кровопотери

! 4

№ 14

* 1 -один правильный ответ

Госпитализация пострадавших с открытым переломом конечности проводится в

- 1) нейрохирургический стационар
- 2) травматологический стационар
- 3) общехирургический стационар
- 4) торакоабдоминальный госпиталь

! 2

№ 15

* 1 -один правильный ответ

Первая медицинская помощь при ожогах глаз включает

- 1) закапывание 0,25% раствора дикаина, наложение асептической повязки на обожженный глаз
- 2) закладывание за веки глазной мази, введение морфина
- 3) введение промедола, введение 0,25% раствора дикаина в конъюнктивный мешок, наложение бинокулярной асептической повязки, эвакуацию лежа на носилках
- 4) наложение повязки, немедленную эвакуацию

! 3

№ 16

* 1 -один правильный ответ

Наиболее эффективными средствами транспортной иммобилизации при переломах бедра являются

- 1) фанерные или пластмассовые
- 2) шины Дитерихса
- 3) шины Крамера
- 4) подручные средства

! 2

№ 17

* 1 -один правильный ответ

Средством (способом) обеззараживания воды в очагах чрезвычайной ситуации является

- 1) фильтрация
- 2) гиперхлорирование с последующим дехлорированием
- 3) отстаивание
- 4) применение пергидроля

! 2

№ 18

* 1 -один правильный ответ

Применение комплексонов показано

- 1) при угрозе отравления сильно действующими ядовитыми веществами
- 2) для профилактики инфекционных заболеваний
- 3) с целью повышения иммунитета
- 4) для ускорения выведения радиоактивных веществ из организма

! 4

№ 19

* 1 -один правильный ответ

Индивидуальный противохимический пакет используется для проведения частичной

- 1) дезактивации
- 2) дегазации и дезинфекции
- 3) дезинфекции
- 4) санитарной обработки и дегазации

! 4

№ 20

* 1 -один правильный ответ

Индекс Алговера применяется для определения тяжести

- 1) дыхательной недостаточности
- 2) травматического шока
- 3) кровопотери
- 4) коматозного состояния

! 3

№ 21

* 1 -один правильный ответ

Ожоговый шок тяжелой степени развивается при площади ожога

- 1) 5-10 %
- 2) 10-20 %
- 3) 20-50 %
- 4) 50-70 %

! 3

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
"Кабардино-Балкарский Государственный Университет им. Х.М.Бербекова"

Утверждаю:
Ректор КБГУ

проф. Ю.К. Альтудов

подпись
 2019 г.



Калькуляция
стоимости организации обучения по дополнительной общеобразовательной программе
"Медицина катастроф"

Объем учебной программы - 72 часа
 Продолжительность учебной программы - 2 недели
 Количество слушателей - 670 чел.

(в рублях)

п/п	Наименование статей затрат	КОСГУ	Сумма
1	Затраты на оплату труда приглашенных лекторов	226	3 304 485
2	Начисления на оплату труда приглашенных лекторов (27,1%)	226	895 515
3	Затраты на оплату труда лекторов (штатных работников КБГУ)	211	614 439
4	Начисления на оплату труда лекторов (штатных работников КБГУ) (30,2%)	213	185 561
	Итого за счет средств бюджета:		5 000 000
5	Затраты на оплату труда (методическая работа, разработка учебных программ)	211	230 415
6	Начисления на оплату труда за методическую работу, разработку учебных программ	213	69 585
7	Увеличение стоимости материальных запасов	340	80 000
8	Общехозяйственные и накладные расходы		1 950 000
	Итого за счет средств от приносящей доход деятельности КБГУ:		2 330 000
	ИТОГО:		7 330 000

Проректор по ДП и ДПО

А.Г. Кажаров

Начальник УБУ - гл. бухгалтер

А.М. Калмыкова

Начальник УОБПЭ и П

Е.А. Синцов