

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Касаткин Евгений Николаевич
Должность: Проректор по учебной работе
Дата подписания: 22.09.2026 15:45:25
Уникальный программный ключ:
9b3f8e0cff23e9884d694a62d683e68f7ad01d4e

Приложение 4

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КИРОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
(ФГБОУ ВО Кировский ГМУ Минздрава России)**

Центр дополнительного образования

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель ЦДО
Глушкова С.В
25.03.2026 г.

**Рабочая программа дисциплины
Управление здоровьем**

Киров
202_

1. РАБОЧАЯ УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА

1.1. Пояснительная записка

Краткая характеристика рабочей программы «Управление здоровьем»: в рабочей программе поднимаются вопросы важности питания для активного образа жизни, особенностях питания в разные возрастные периоды, физической активности в зависимости от возраста, о том, что помогает продлить спортивное долголетие.

Объем учебной дисциплины ДПП: 30 ак.час.

1.2. Нормативные документы для разработки ДПП «Спортивная нутрициология»

Нормативно-правовую базу разработки ДПП составляют:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ от 29.12.2012;
- Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 24 марта 2025 г. №266 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;
- Постановление Правительства Российской Федерации от 22.01.2013 г. №23 «О правилах разработки, утверждения и применения профессиональных стандартов»;
- Письмо Минобрнауки России от 22.04.2015 № ВК-1032/06 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями-разъяснениями по разработке дополнительных профессиональных программ на основе профессиональных стандартов»);
- Федеральный государственный образовательный стандарт ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, утвержденный приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 г. № 940 (С изменениями и дополнениями от: 26.11.2020 г);
- Профессиональный стандарт «Тренер», утверждённый приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 27 апреля 2023 года № 362н;
- Профессиональный стандарт «Психолог-консультант», утверждённый приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 14 сентября 2022 года № 537н;
- Устав ФГБОУ ВО Кировский ГМУ Минздрава России, утвержденный приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации.
- Положение о дополнительных профессиональных программах Центра дополнительного образования, действующего в ФГБОУ ВО Кировский ГМУ Минздрава России, утвержденное приказом № 62-ОД от 03.02.2025 г.
- Положение о текущем контроле успеваемости, промежуточной и итоговой аттестациях обучающихся по дополнительным профессиональным программам Центра дополнительного образования Института непрерывного дополнительного образования, утвержденное приказом № 596-ОД от 17.11.2025 г.

Порядок приёма, восстановления, перевода и отчисления, обучающихся по дополнительным образовательным программам Центра дополнительного образования, утвержденный приказом № 597-ОД от 17.11.2025 г.

2. ЦЕЛЬ, ЗАДАЧИ, ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ, ТРУДОЕМКОСТЬ ОБУЧЕНИЯ, ФОРМА РЕАЛИЗАЦИИ И ФОРМАТ ОСВОЕНИЯ

2.1. Целью освоения учебной дисциплины «Управление здоровьем» – сформировать у слушателей целостное понимание роли питания, возрастных особенностей физической активности и факторов, способствующих продлению спортивного долголетия, для эффективного управления здоровьем лиц с активным

образом жизни.

2.2. Основные задачи обучения:

1. Определить значение питания для поддержания активного образа жизни и профилактики заболеваний.
2. Проанализировать особенности организации питания и физической активности в разные возрастные периоды.
3. Выявить ключевые факторы, способствующие продлению спортивного долголетия.
4. Сформировать практические подходы к управлению здоровьем с учетом возрастных изменений и уровня физической нагрузки.

2.3. Планируемые результаты обучения по ДПП

Вид профессиональной деятельности и	Компетенции, трудовые функции или трудовые действия	В результате освоения учебной дисциплины по Образовательной программе обучающийся должен:		
		знать:	уметь:	владеть:
1	2	3	4	5
Спортивная подготовка спортсменов и (или) спортивной команды (далее - занимающихся) по виду спорта (группе спортивных дисциплин) (код В).	Способность к подготовке и проведению мероприятий по физкультурно-спортивной и воспитательной работе с учетом возрастных особенностей занимающихся (ПК-1)	Анатомия человека. Основы здорового образа жизни. Закономерности возрастного развития различных систем организма человека. Возрастная психология, включая периодизацию и детерминанты развития личности. Теория и методика физической культуры. Методы консультирования детей и взрослых.	Подбирать средства и методы воспитания на основе психологических возрастных особенностей занимающихся. Формировать и развивать навыки здорового образа жизни, неприятие нарушений спортивного режима, вредных привычек, недопустимость применения допинга. Инструктирование занимающихся по основам здорового образа жизни, соблюдению режима дня, сочетания образовательной, профессиональной и физкультурно-спортивной деятельности.	Составление планов физкультурно-спортивной и воспитательной работы с занимающимися. Воспитание у занимающихся личностных качеств, в том числе волевых, обуславливающих формирование спортивного характера, успешность и стабильность выступлений на спортивных соревнованиях, с учетом детерминант возрастного развития личности. Развитие у занимающихся мотивации к достижению спортивных

			Индивидуальное консультирование занимающихся с целью сохранения у них удовлетворенности занятиями спортивной деятельностью по виду спорта с учетом возрастного психофизиологического развития.	результатов. Инструктирование занимающихся по основам здорового образа жизни, соблюдению режима дня, сочетания образовательной, профессиональной и физкультурно-спортивной деятельности.
	Способность к подготовке занимающихся для участия в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки (ПК-2)	Противопоказания и последствия приема биологически активных добавок и спортивного питания. Система воспитания в тренировочной деятельности по виду спорта. Основы организации здорового образа жизни. Методики медико-биологического и психологического тестирования. Методы организации медико-биологического контроля в спорте. Порядок организации медико-биологического обеспечения спортивной подготовки на различных этапах спортивной	Анализировать и систематизировать информацию об актуальных вопросах спортивной гигиены и разъяснять прикладные аспекты. Выявлять у занимающегося первые признаки ухудшения здоровья, травмы, патологии. Контролировать исполнение занимающимися медицинских предписаний, комплекса мероприятий по восстановлению работоспособности и здоровья.	Обучение занимающихся прикладным аспектам спортивной гигиены. Проведение анализа результатов выполнения занимающимися контрольных упражнений (тестов) в рамках медико-биологического, научно-методического наблюдения, данных дневников самоконтроля, систематизация и использование данных для коррекции спортивной подготовки. Контроль выполнения занимающимися предписаний медицинских работников, соблюдения рекомендованного режима труда и отдыха, выполнения

		подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин).		комплекса мероприятий по восстановлению работоспособности и здоровья. Уведомление медицинского работника о выявленных у занимающегося признаках ухудшения здоровья, травмах, патологиях. Обучение занимающихся прикладным аспектам спортивной гигиены. Уведомление медицинского работника о выявленных у занимающегося признаках ухудшения здоровья, травмах, патологиях.
	Готовность к проведению тренировочных занятий с занимающимися по виду спорта (группе спортивных дисциплин) (ПК-3)	Противопоказания и последствия приема биологически активных добавок и спортивного питания. Система воспитания в тренировочной деятельности по виду спорта. Анатомия человека. Физиология человека. Спортивная психология.	Оценивать и корректировать уровень интеллектуальной подготовки в области теории и методики спорта, рациональность применения системы движений, тактическую подготовленность, наработку индивидуального стиля в виде спорта (группе спортивных дисциплин). Использовать систему методов стимулирования	Постановка и контроль исполнения физиологической задачи тренировок, моделирование оптимальной тренировочной нагрузки, контроль оптимального соотношения (соразмерности) различных сторон подготовленности занимающегося в процессе тренировки по виду спорта. Мониторинг и

			для устойчивого закрепления спортивной мотивации занимающихся.	контроль состояния наилучшей готовности (физической, технической, тактической и психической) занимающегося к спортивным достижениям. Проверка выполнения занимающимися плановых заданий и мероприятий, предусмотренных программой спортивной подготовки, индивидуальными планами подготовки по виду спорта. Контроль безопасного выполнения занимающимися тренировочных упражнений, безопасного использования спортивной техники, оборудования и инвентаря.
--	--	--	--	---

2.4. Объем учебной дисциплины: 30 ак.час.

Трудоемкость учебной ДПП составляет 12 контактных часов, из них обучение с использованием ДОТ 12 акад. ч.

Виды занятий и учебной работы	объем контактных занятий, работы (акад. час)	из них, обучение с использованием ДОТ (акад.ч.)
Контактные виды занятий, в том числе:	8	8
лекции	8	8
семинарские занятия, в том числе семинары по обмену опытом	-	-

практические занятия	-	-
лабораторные занятия	-	-
консультации	-	-
из них, выездные занятия:	-	-
проектная или иная работа	-	-
Самостоятельная работа	20	20
Промежуточная аттестация в форме зачета	2	2

2.5. Формат преподавания и освоения (формат обучения): смешанный.

3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Тема 1. Важность питания для активного образа жизни

Восполнение энергетических затрат при активном образе жизни. Поддержание работоспособности через оптимальное питание. Ускорение восстановительных процессов после физических нагрузок. Роль правильного питания в сохранении общего здоровья.

Тема 2. Особенности питания в разные возрастные периоды.

Учет возрастных изменений метаболизма (ускорение или замедление). Роль питания в укреплении костной и мышечной массы и профилактике их потери. Принципы сбалансированного и разнообразного рациона для профилактики возрастных нарушений. Питание как фактор предотвращения развития хронических заболеваний в разные возрастные периоды.

Тема 3. Физическая активность в зависимости от возраста.

Адаптация физической активности к естественным возрастным изменениям организма. Поддержание здоровья как основная цель возрастных тренировок. Профилактика хронических заболеваний через адекватную возрасту физическую нагрузку. Сохранение функциональной активности на протяжении всех возрастных периодов.

Тема 4. Что помогает продлить спортивное долголетие.

Определение спортивного долголетия как способности сохранять высокую активность и результаты вопреки возрасту. Адаптация тренировочного процесса к возрастным изменениям. Оптимизация питания и нутритивной поддержки для продления карьеры. Профилактика травм и перетренированности как фактор долголетия. Восстановительные стратегии и контроль здоровья в возрасте.

4. ОЦЕНИВАНИЕ

4. 1. Формы контроля знаний, умений, навыков и система их оценки.

Форма контроля – зачет.

Оценочное средство – тест.

Материалы оценочного средства.

Примерный перечень заданий теста:

1. **Какая из перечисленных круп наиболее легко усваивается:**
 - 1 гречневая
 - 2 манная
 - 3 овсяная
 - 4 **рисовая**
- 2 **К желтой ступени в пирамиде здорового питания относятся следующие продукты:**

- 1 молоко
 - 2 **мюсли**
 - 3 мясо
 - 4 овощи
- 3 **К зеленой ступени в пирамиде здорового питания относятся следующие продукты:**
- 1 молоко
 - 2 мясо
 - 3 **ягоды**
 - 4 хлеб
- 4 **Как называется состояние, характеризующееся снижением мышечной массы и силы у пожилых людей вследствие недостатка анаболических гормонов?**
- 1 **саркопения**
 - 2 дегитратация
 - 3 остеопороз
 - 4 артроз
- 5 **Какое мясо легче всего усваивается и подходит для питания пожилых людей?**
- 1 баранина и старая птица
 - 2 **молодая курица и индейка**
 - 3 свинина и говядина
 - 4 телятина и свинина
- 6 **Определите продукты с очень большим содержанием белка (больше 15 г на 100 г продуктов)**
- 1 **мясо, птица, рыба, морепродукты, творог, бобовые**
 - 2 овощи, фрукты, сливочное масло
 - 3 хлеб ржаной, хлеб пшеничный, рис
 - 4 ягоды, грибы, подсолнечное масло
- 7 **Принцип соответствия энергетической ценности пищи энергетическим тратам организма:**
- 1 значительно увеличить количество потребляемых калорий для компенсации потери мышечной массы
 - 2 необходимо резко ограничить приём любых калорийных продуктов
 - 3 **количество съедаемых калорий должно соответствовать уровню физической активности и индивидуальным потребностям организма**
 - 4 увеличить количество приемов пищи
- 8 **Продукт, который содержит в себе одну порцию белка для питания:**
- 1 10-20 граммов мяса, птицы или рыбы
 - 2 **60-90 граммов мяса, птицы или рыбы**
 - 3 30-40 граммов мяса, птицы или рыбы
 - 4 100-120 граммов мяса, птицы или рыбы
- 9 **Согласно возрастной классификации Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ), пожилой возраст — это период**
- 1 от 69 до 79 лет
 - 2 от 65 до 75 лет
 - 3 **от 60 до 74 лет**
 - 4 от 50 до 64 лет
- 10 **Укажите правильное распределение калорий по времени суток**
- 1 **завтрак - 25%, обед - 30%, полдник - 20%, ужин - 25%**
 - 2 завтрак - 10%, обед - 50%, полдник - 20%, ужин - 20%

- 3 завтрак - 33%, обед - 34%, ужин - 33%
- 4 Завтрак – 40%, обед – 50%, ужин – 10%
- 11 Укажите причину дисбаланса между количеством поступающих калорий и их расходом у взрослых людей:**
- 1 снижение физической нагрузки
- 2 повышенная активность пищевого центра мозга
- 3 повышенные физические нагрузки
- 4 **снижение общей потребности организма в энергии**
- 12 Укажите суточный уровень калорийности, рекомендованный для детей 13 – 17 лет, проживающих в крупном городе**
- 1 около 2500
- 2 **около 2900**
- 3 около 3500
- 4 около 2150
- 13 Дефицит массы тела (ДМТ) характеризует**
- 1 степень соответствия массы человека и его роста
- 2 **снижение массы тела в пределах 5-15% от исходных значений за короткий промежуток времени**
- 3 белково-энергетический статус человека
- 4 недостаточность питательных веществ
- 14 Один из антропометрических методов исследования недостаточности питания**
- 1 окружность талии
- 2 измерение уровня артериального давления
- 3 **окружность плеча на уровне средней трети**
- 4 масса тела, рост, индекс массы тела
- 15 Есть ли место физической нагрузке в пирамиде здорового питания?**
- 1 нет
- 2 **да. Важно проявлять каждый день умеренную физическую активность**
- 3 следует выполнять ежедневно интенсивные физические упражнения
- 4 зависит от настроения человека
- 16 Отличительным признаком физической культуры является:**
- 1 использование природных сил для восстановления организма
- 2 стабильно высокие результаты, получаемые на тренировках
- 3 **правильно организованный и воспроизводимый алгоритм движений**
- 4 развитие физических качеств
- 17 Компонентами здорового образа жизни являются:**
- 1 **правильное питание и режим дня, физические нагрузки**
- 2 прием энергетических коктейлей
- 3 путешествия
- 4 походы в ночной клуб
- 18 Укажите рекомендуемую норму потребления белка в расчете на килограмм идеального веса**
- 1 более 1,5 граммов белка
- 2 меньше 0,5 грамма белка
- 3 от 2,0 грамма белка
- 4 **от 0,8 до 1,1 грамма белка**
- 19 Как двигательная активность влияет на организм?**
- 1 помогает меньше расходовать калории для поддержания оптимального веса
- 2 понижает выносливость и работоспособность
- 3 **повышает жизненные силы и функциональные возможности организма**

- 4 уменьшает количество лет
- 20 Какова должна быть продолжительность ходьбы, чтобы достичь оздоровительного эффекта?**
- 1 не более 30 минут
- 2 не более 10 минут
- 3 более 5 часов
- 4 **не менее 30 минут**
- 21 Как называется временное снижение работоспособности?**
- 1 усталость
- 2 напряжение
- 3 **утомление**
- 4 передозировка
- 22 Каким типом пищевого поведения обладает человек, если приём пищи запускается не внутренним голодом, а внешними стимулами.**
- 1 Интернальный
- 2 Эмоциогенный
- 3 **Экстернальный**
- 4 Экстренный

Критерии оценки слушателей на зачете

Уровень оценки по 5-балльной системе оценивания	Уровень оценки по 100-балльной системе оценивания	Уровень оценки по системе «зачтено – не зачтено»
отлично	90-100	зачтено
хорошо	71-83	зачтено
удовлетворительно	55-70	зачтено
неудовлетворительно	меньше 55	не зачтено

5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1 Учебно-методическое обеспечение

Основная литература

1. Анатомия и возрастная физиология: учебник / Г.Н. Тюрикова, Ю.Б. Тюрикова. - М.: ИНФРА-М, 2018. - 178 с.
2. Возрастная анатомия и физиология: учеб. пособие / Н.Ф. Лысова, Р.И. Айзман. - М.: ИНФРА-М, 2018. - 352 с.
3. Любимова З.В. Возрастная анатомия, физиология и гигиена: учебник для академического бакалавриата: [в 2 т.] Т.1. Организм человека, его регуляторные и интегративные системы / З.В. Любимова, А.А. Никитина. -2е изд. –Москва: М., Юрайт, 2014, 447с.

Дополнительная литература

1. Амлаев К.Р. Общественное здоровье и здравоохранение: учебник / К.Р. Амлаев, Л.Н. Блинкова, Н.П. Гавриленко, Х.Т. Дахкильгова и др. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2019. – 560 с.
2. Возрастная физиология и психофизиология: Учебное пособие / Р.И. Айзман, Н.Ф.Лысова; Новосибирский Государственный Педагогический Университет. - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2014. - 352 с.

3. Медик В. А. Общественное здоровье и здравоохранение: учебник [Электронный ресурс] / В. А. Медик, В. К. Юрьев. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 608 с.

4. Сиротюк А.Л. Нейропсихологическое и психофизиологическое сопровождение обучения М.: Аспект-пресс: 2003, 288 с.

5.2. Информационное обеспечение

1. Электронный каталог фондов учебной, учебно-методической документации и изданий по основным изучаемым дисциплинам основных образовательных программ Университета [Электронный ресурс] – URL: <http://www.kirovgma.ru/structure/departments/library>.

2. ЭБС «Университетская библиотека онлайн» – ООО «НексМедиа» [Электронный ресурс] – URL: www.biblioclub.ru / Базовая коллекция и тематические коллекции издательства «Дашков и К» -100% доступ Договор № 522К-МА/01/2014 от 25.08.2014. Данная ЭБС содержит учебные, учебно-методические, научные, справочные издания ведущих издательств для обучающихся по всем специальностям и направлениям подготовки Университета. Доступом обеспечены все обучающиеся Университета через сеть интернет.

3. ЭБС Кировского ГМУ [Электронный ресурс] – URL: www.elib@kirovvgma.ru / Принадлежность: собственная. Доступом обеспечены все обучающиеся академии через сеть интернет. Содержит учебные, учебно-методические, научные и иные материалы кафедр медицинского университета. Представлены периодические издания медицинского университета.

5.3. Методические рекомендации для преподавателя

При подготовке и проведении занятий преподавателю необходимо соблюдать следующие рекомендации:

–к каждому аудиторному занятию преподаватель готовит пакет дидактических материалов в электронном и/или текстовом варианте;

–аудиторные занятия сопровождает мультимедийными презентациями;

–аудиторные занятия проводит в интерактивном режиме, с использованием приемов современных образовательных технологий;

–в процессе обучения предлагает обучающимся задания для самостоятельной работы по углублению и расширению знаний, для формирования и совершенствования умений и практических навыков, обеспечивающих качественное усвоение учебного материала.

При подготовке к практическому занятию преподавателю необходимо уточнить план его проведения, продумать формулировки и содержание учебных вопросов, выносимых на обсуждение, ознакомиться с новыми публикациями по теме занятия и составить список обязательной и дополнительной литературы по вопросам плана занятия. Оказывать методическую помощь обучающимся в подготовке докладов, планов и презентаций.

В ходе практического занятия во вступительном слове раскрыть теоретическую и практическую значимость темы занятия, определить порядок его проведения, время на обсуждение каждого учебного вопроса. Дать возможность выступить всем желающим. Целесообразно в ходе обсуждения учебных вопросов задавать выступающим и аудитории дополнительные и уточняющие вопросы с целью выяснения их позиций по существу обсуждаемых проблем. Поощрять выступления с места в виде кратких дополнений и постановки вопросов выступающим и преподавателю. Для наглядности и закрепления изучаемого материала преподаватель может использовать модели, таблицы, схемы, карты, мультимедийные презентации, видеофильмы.

В заключительной части практического занятия следует подвести его итоги: дать объективную оценку выступлений каждого обучающегося и учебной группы в целом.

Раскрыть положительные стороны и недостатки проведенного практического занятия. Ответить на вопросы обучающихся. Назвать тему очередного занятия.

Проводить групповые и индивидуальные консультации обучающихся, рекомендовать в помощь учебные и другие материалы, а также справочную литературу.

5.4. Методические указания для обучающихся

Успешное освоение учебной дисциплины предполагает активное, творческое участие обучающегося на всех этапах ее освоения путем планомерной, повседневной работы. Обучающийся обязан посещать лекции и семинарские (практические, лабораторные) занятия, получать консультации преподавателя и выполнять самостоятельную работу.

Выбор методов и средств обучения, образовательных технологий осуществляется преподавателем исходя из необходимости достижения обучающимися планируемых результатов освоения дисциплины, а также с учетом индивидуальных возможностей обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Изучение дисциплины следует начинать с проработки настоящей рабочей программы, методических указаний и разработок, указанных в программе, особое внимание уделить целям, задачам, структуре и содержанию дисциплины.

Главной задачей каждой лекции является раскрытие сущности темы и анализ ее основных положений. Содержание лекций определяется настоящей рабочей программой дисциплины.

Лекции – это систематическое устное изложение учебного материала. На них обучающийся получает основной объем информации по каждой конкретной теме. Лекции обычно носят проблемный характер и нацелены на освещение наиболее трудных и дискуссионных вопросов, кроме того они способствуют формированию у обучающихся навыков самостоятельной работы с научной литературой.

Предполагается, что обучающиеся приходят на лекции, предварительно проработав соответствующий учебный материал по источникам, рекомендуемым программой. Часто обучающимся трудно разобраться с дискуссионными вопросами, дать однозначный ответ. Преподаватель, сравнивая различные точки зрения, излагает свой взгляд и нацеливает их на дальнейшие исследования и поиск научных решений. После лекции желательно вечером перечитать и закрепить полученную информацию, тогда эффективность ее усвоения значительно возрастает. При работе с конспектом лекции необходимо отметить материал, который вызывает затруднения для понимания, попытаться найти ответы на затруднительные вопросы, используя предлагаемую литературу. Если самостоятельно не удалось разобраться в материале, сформулируйте вопросы и обратитесь за помощью к преподавателю.

Целью практических и лабораторных занятий является проверка уровня понимания обучающимися вопросов, рассмотренных на лекциях и в учебной литературе, степени и качества усвоения материала; применение теоретических знаний в реальной практике решения задач; восполнение пробелов в пройденной теоретической части курса и оказания помощи в его освоении.

Практические (лабораторные) занятия в равной мере направлены на совершенствование индивидуальных навыков решения теоретических и прикладных задач, выработку навыков интеллектуальной работы, а также ведения дискуссий. Конкретные пропорции разных видов работы в группе, а также способы их оценки определяются преподавателем, ведущим занятия.

На практических (лабораторных) занятиях под руководством преподавателя обучающиеся обсуждают дискуссионные вопросы, отвечают на вопросы тестов, закрепляя приобретенные знания, выполняют практические (лабораторные) задания и т.п. Для успешного проведения практического (лабораторного) занятия обучающемуся следует

тщательно подготовиться.

5.5 Методические рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся

Основной формой подготовки обучающихся к практическим (лабораторным) занятиям является самостоятельная работа с учебно-методическими материалами, научной литературой, статистическими данными и т.п.

Изучив конкретную тему, обучающийся может определить, насколько хорошо он в ней разобрался. Если какие-то моменты остались непонятными, целесообразно составить список вопросов и на занятии задать их преподавателю. Практические (лабораторные) занятия предоставляют студенту возможность творчески раскрыться, проявить инициативу и развить навыки публичного ведения дискуссий и общения, сформировать определенные навыки и умения и т.п.

Самостоятельная работа слушателей включает в себя выполнение различного рода заданий (изучение учебной и научной литературы, материалов лекций, систематизацию прочитанного материала, подготовку контрольной работы, решение задач и т.п.), которые ориентированы на более глубокое усвоение материала изучаемой дисциплины. По каждой теме учебной дисциплины преподаватель предлагает обучающимся перечень заданий для самостоятельной работы. Самостоятельная работа по учебной дисциплине может осуществляться в различных формах (например, подготовка докладов; написание рефератов; публикация тезисов; научных статей; подготовка и защита проекта; другие).

К выполнению заданий для самостоятельной работы предъявляются следующие требования: задания должны исполняться самостоятельно либо группой и представляться в установленный срок, а также соответствовать установленным требованиям по оформлению.

Регулярно рекомендуется отводить время для повторения пройденного материала, проверяя свои знания, умения и навыки по контрольным вопросам.

Результатом самостоятельной работы должно стать формирование у обучающегося определенных знаний, умений, навыков, компетенций.

6. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

6.1. Обучение инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (далее – обучающиеся с ОВЗ) осуществляется в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 №273 РФ «Об Образовании в Российской Федерации», Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам, утв. Приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 24 марта 2025 г. №266 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам». и локальными актами Университета, регламентирующим вопросы дополнительного профессионального образования.

6.2. Обучающиеся с ОВЗ могут обучаться по ДПП наравне с другими обучающимися.

6.3. При проведении учебных занятий в очной или очно-заочной форме обучения для обучающихся с ОВЗ, обеспечивается при наличии технической и финансовой возможности беспрепятственный доступ обучающихся с ОВЗ в аудитории, туалетные и другие помещения, а также их пребывание в указанных помещениях.

6.4. Специальные условия предоставляются обучающимся с ОВЗ на основании заявления о приеме на обучение по ДПП, содержащее сведения о необходимости создания

специальных условий в связи с его инвалидностью или ограниченными возможностями здоровья, а также документа, подтверждающего инвалидность или ограниченные возможности здоровья, требующие создания указанных условий. При отсутствии в представленных документах указания на создание специальных условий, данные условия Университета не предоставляются.

Разработчик программы:

Киселева Н.В., к.биол.н., преподаватель ЦДО.

Колесова Ю.А., к.п.н., специалист по УМР ЦДО.