Федеральное медико-биологическое агентство
Федеральное государственное бюджетное учреждение
«Северо-Кавказский федеральный научно-клинический центр
Федерального медико-биологического агентства»
(ФГБУ СКФНКЦ ФМБА России)

Центр медико-биологических технологий

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель генерального директора

_____ Н.В. Ефименко
«01» _____ 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
дисциплины

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

основная профессиональная образовательная программа
высшего образования – программа ординатуры
по специальности
31.08.39 Лечебная физкультура и спортивная медицина

Уровень образования: подготовка кадров высшей квалификации

Ессентуки, 2026

СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ ФТД.В.01 ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

1. Цель и задачи дисциплины 3
2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы (ОПОП) ординатуры 3
3. Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины в рамках образовательной программы, соотнесенных с планируемыми результатами обучения 4
4. Объем дисциплины и виды учебной работы 5
5. Структура и содержание дисциплины 5
5.1. Содержание тем дисциплины 6
5.2. Лекции 8
5.3. Семинарские занятия 8
5.4. Практические занятия 9
5.5. Самостоятельная работа 10
6. Учебная и учебно-методическая литература по дисциплине 13
7. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (информационно-справочные системы, профессиональные базы данных и др.) 15
8. Перечень информационных технологий, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем, профессиональные базы данных 16
9. Материально-техническое обеспечение 17

1. Цель и задачи дисциплины

Целью изучения дисциплины «Здоровый образ жизни» является приобретение ординаторами: теоретических знаний о здоровом образе жизни, его роли в обеспечении здоровья; практических умений и навыков в области организации здорового образа жизни, оценки здоровья и профилактики заболеваний человека в процессе трудовой деятельности.

Задачи дисциплины:

1. Познакомить ординаторов с основными понятиями о здоровье и болезни, о пограничном и патологическом состояниях; об адаптации организма; профилактике заболеваний и образе жизни.
2. Совершенствовать профессиональную подготовку клинического ординатора по проведению профилактических программ, знать особенности сохранения и укрепления здоровья в разные возрастные периоды.
3. Сформировать основы клинического мышления по вопросам консультирования в области пропаганды здорового образа жизни в рамках своей специальности.

2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы (ОПОП) ординатуры

Дисциплина ФТД.В.01 Здоровый образ жизни относится к вариативной части блока ФТД «Факультативы», разработанной и реализуемой организацией основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы подготовки кадров высшей квалификации в ординатуре по специальности 31.08.39 Лечебная физкультура и спортивная медицина (квалификация – «Врач по лечебной физкультуре и спортивной медицине»; виды профессиональной деятельности: профилактическая, диагностическая, лечебная, реабилитационная, психолого-педагогическая, организационно-управленческая; форма обучения – очная; срок получения образования по программе ординатуры – 2 года).

Содержательно-логические связи дисциплины

Код дисциплины	Название дисциплины	Содержательно-логические связи		Коды формируемых компетенций
		Наименование учебных дисциплин, практик		
		на которые опирается содержание данной дисциплины	для которых содержание данной дисциплины выступает опорой	
ФТД.В.01	Здоровый образ жизни	Общественное здоровье и здравоохранение Патология	производственная клиническая практика	ПК-1, ПК-9

3. Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины в рамках образовательной программы, соотнесенных с планируемыми результатами обучения

Индекс и содержание компетенции	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
Профессиональные компетенции	
Профилактическая деятельность	
ПК-1 готовность к осуществлению комплекса мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья и включающих в себя формирование здорового образа жизни, предупреждение возникновения и (или) распространения заболеваний, их раннюю диагностику, выявление причин и условий их возникновения и развития, а также направленных на устранение вредного влияния на здоровье человека факторов среды его обитания	знать: - формы и методы санитарно-просветительной работы; - методику физического воспитания в дошкольных учреждениях, в школе, в средних и высших учебных заведениях; - основы спортивной тренировки, средства и методы спортивной тренировки; - анатомо-физиологические, возрастные и половые особенности здорового и больного человека в связи с занятиями ЛФК, физической культурой и спортом; - закономерности функционирования отдельных органов и систем, их регуляции и саморегуляции в норме, при занятиях физической культурой и спортом; - физиологию физических упражнений, биохимию мышечной деятельности, динамическую анатомию, биомеханику движений уметь: - осуществлять врачебно-педагогические наблюдения на занятиях лечебной физкультурой, учебно-тренировочных занятиях массовой физкультурой и спортом и оценивать адекватность физической нагрузки объективными методами исследования; - осуществлять врачебный контроль за занимающимися физической культурой и спортом (в процессе физического воспитания, при занятиях массовыми видами физической культуры, у детей и подростков, у спортсменов-инвалидов, при питании спортсменов) владеть: - методами консультативной и санитарно-просветительской работы по профилактике заболеваний и травм, методами формирования здорового образа жизни
Психолого-педагогическая деятельность	
ПК-9 психолого-педагогическая деятельность: готовность к формированию у населения, пациентов и членов их семей мотивации, направленной на сохранение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих	знать: - нормативные акты в области охраны здоровья граждан и профилактики заболеваний; - современные технологии обучения пациентов уметь: - организовывать школу здоровья; - подготовить методический материал для обучения пациентов; - организовывать учебный процесс

	владеть: - методами индивидуального и группового консультирования пациентов; - навыками применения нормативной и распорядительной документации.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	1 курс	
		1 семестр	2 семестр
Аудиторные занятия	18		18
В том числе:			
лекции	4		4
семинарские занятия	4		4
практические занятия	10		10
Контроль самостоятельной работы (КСР)	4		4
Самостоятельная работа (СР)	46		46
Промежуточная аттестация (зачет)	4		4
Общая трудоемкость	**72**		**72**

5. Структура и содержание дисциплины

№ п/п	Наименование тем дисциплины	Лекции	Семинарские	Практические	Контроль самостоятельной работы	Самостоятельная работа	Промежуточная аттестация	Всего, ак. ч.	Компетенции
1.	Принципы диспансеризации, профилактические медицинские осмотры взрослого населения и их роль в формировании здорового образа жизни	1	1	2		4		8	ПК-1, ПК-9
2.	Табакокурение, профилактика и помощь в отказе от табачной зависимости			1		4		5	ПК-1, ПК-9
3.	Метаболические мишени воздействия алкоголя. Профилактика злоупотребления алкоголем			1		4		5	ПК-1, ПК-9
4.	Физическая активность и ее роль в формировании здорового образа жизни	1	1	1		6		9	ПК-1, ПК-9
5.	Принципы здорового питания	1	1	1		4		7	ПК-1, ПК-9

6.	Профилактика ожирения	1		1		4		6	ПК-1, ПК-9
7.	Профилактика кардиоваскулярных заболеваний (АГ, ИБС, инсульт)			1		4		5	ПК-1, ПК-9
8.	Профилактика нарушений углеводного обмена (сахарный диабет)			1		4		5	ПК-1, ПК-9
9.	Профилактика хронических заболеваний органов дыхания (ХОБЛ, астма)			1		4		5	ПК-1, ПК-9
10.	Профилактика инфекционно обусловленных онкологических заболеваний (рака печени, рака желудка, рака слизистой ротовой полости, рака шейки матки)					4		4	ПК-1, ПК-9
11.	Психология здоровья. Депрессии		1			4		5	ПК-1, ПК-9
	Контроль самостоятельной работы (КСР)				4			4	ПК-1, ПК-9
	Промежуточная аттестация (зачет)						4	4	ПК-1, ПК-9
	Итого:	**4**	**4**	**10**	**4**	**46**	**4**	**72**	

5.1. Содержание тем дисциплины

Тема 1. Принципы диспансеризации, профилактические медицинские осмотры взрослого населения и их роль в формировании здорового образа жизни. Регулярные медосмотры.

Скрининговые обследования.

Ведение личной истории здоровья. Ранняя диагностика заболеваний.

Индивидуальные рекомендации.

Вовлечение в здоровый образ жизни.

Тема 2. Табакокурение, профилактика и помощь в отказе от табачной зависимости.

Виды химической и нехимической зависимости и пути ее преодоления.

Первичная и вторичная профилактика табакокурения. Механизмы зависимости.

Методы мотивационной поддержки.

Никотиновая замена.

Психологическая помощь.

Тема 3. Метаболические мишени воздействия алкоголя. Профилактика злоупотребления алкоголем.

Влияние на печень и пищеварительную систему.

Влияние на сердечно-сосудистую систему.

Влияние на мозг. Токсичное воздействие этанола на нервные клетки мозга.

Токсические эффекты алкоголя и возможности профилактики алкоголизма.

Алкогольные интервенции. Методы реабилитации алкогольной зависимости.

Тема 4. Физическая активность и ее роль в формировании здорового образа жизни.

Физическая активность и ее роль в формировании здорового образа жизни.

Рекомендации по интенсивности и продолжительности физической нагрузки.

Улучшение сердечно-сосудистого здоровья.

Профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата. Контроль веса.

Повышение общего тонуса организма.

Первичная и вторичная профилактика остеопороза.

Тема 5. Принципы здорового питания.

Принципы рационального питания. Баланс макро- и микронутриентов.

Контроль рациона и калорийности. Добавление фруктов и овощей, ограничение соли и сахара. Разделение приемов пищи.

Нарушения углеводного обмена и возможности его коррекции.

Тема 6. Профилактика ожирения.

Алиментарно-конституциональное ожирение и пути его профилактики.

Виды дислипидемий и пути их коррекции.

Правильное питание и регулярная физическая активность.

Диетическое питание как способ контроля веса.

Повышение энергетической затратности и психологическая поддержка (избегание стрессов, тревожности и т.д.)

Тема 7. Профилактика кардиоваскулярных заболеваний (АГ, ИБС, инсульт).

Первичная и вторичная профилактика артериальной гипертензии. Контроль артериального давления.

Меры профилактики кардиоваскулярных заболеваний. Контроль артериального давления (АД). Отказ от вредных привычек. Физическая активность. Контроль показателей крови.

Тема 8. Профилактика нарушений углеводного обмена (сахарный диабет).

Контроль уровня глюкозы и повышение уровня физической активности.

Правильное питание с низким гликемическим индексом.

Контроль веса. Регулярная диагностика. Здоровый образ жизни. Контроль сопутствующих заболеваний.

Тема 9. Профилактика хронических заболеваний органов дыхания (ХОБЛ, астма).

Атипичные формы острых респираторных вирусных инфекций и их первичная профилактика.

Профилактика хронических заболеваний бронхолегочной системы.

Минимизация воздействия вредных веществ (отказ от курения, борьба с аллергической реакцией на цветение, пыльцу).

Ингаляции как способ лечения аллергических и респираторных заболеваний.

Тема 10. Профилактика инфекционно обусловленных онкологических заболеваний (рака печени, рака желудка, рака слизистой ротовой полости, рака шейки матки).

Первичная профилактика туберкулеза.

Канцеропревенция на догоспитальном этапе.

Вакцинация (например, против ВПЧ, гепатита В). Профилактика инфекций.

Скрининги и ранняя диагностика.

Тема 11. Психология здоровья. Депрессии.

Стресс-менеджмент и поддержка психического здоровья (психологическая помощь, терапия).

Раннее выявление депрессий.

Снятие психоэмоционального напряжения и борьбы с хронической усталостью посредством бальнеотерапии, психотерапии, физиотерапии и климатолечения.

5.2. Лекции

№, п/п	Наименование и содержание темы	Кол-во часов
1.	**Принципы диспансеризации, профилактические медицинские осмотры взрослого населения и их роль в формировании здорового образа жизни. Регулярные медосмотры.** Скрининговые обследования. Ведение личной истории здоровья. Ранняя диагностика заболеваний. Индивидуальные рекомендации. Вовлечение в здоровый образ жизни	1
2.	**Физическая активность и ее роль в формировании здорового образа жизни.** Физическая активность и ее роль в формировании здорового образа жизни. Рекомендации по интенсивности и продолжительности физической нагрузки. Улучшение сердечно-сосудистого здоровья. Профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата. Контроль веса. Повышение общего тонуса организма. Первичная и вторичная профилактика остеопороза	1
3.	**Принципы здорового питания.** Принципы рационального питания. Баланс макро- и микронутриентов. Контроль рациона и калорийности. Добавление фруктов и овощей, ограничение соли и сахара. Разделение приемов пищи. Нарушения углеводного обмена и возможности его коррекции	1
4.	**Профилактика ожирения.** Алиментарно-конституциональное ожирение и пути его профилактики. Виды дислипидемий и пути их коррекции. Правильное питание и регулярная физическая активность. Диетическое питание как способ контроля веса. Повышение энергетической затратности и психологическая поддержка (избегание стрессов, тревожности и т.д.)	1
Всего:		**4**

5.3. Семинарские занятия

№ п/п	Тема, содержание занятия	Кол-во часов	Текущий контроль
1.	**Принципы диспансеризации, профилактические медицинские осмотры взрослого населения и их роль в формировании здорового образа жизни. Регулярные медосмотры.** Скрининговые обследования. Ведение личной истории здоровья. Ранняя диагностика заболеваний. Индивидуальные рекомендации. Вовлечение в здоровый образ жизни	1	устный опрос, реферат, доклад
2.	**Физическая активность и ее роль в формировании здорового образа жизни.** Физическая активность и ее роль в формировании здорового образа жизни. Рекомендации по интенсивности и продолжительности физической нагрузки. Улучшение сердечно-сосудистого здоровья. Профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата. Контроль веса. Повышение общего тонуса организма. Первичная и вторичная профилактика остеопороза	1	устный опрос, реферат, доклад
3.	**Принципы здорового питания.** Принципы рационального питания. Баланс макро- и микронутриентов. Контроль рациона и калорийности. Добавление фруктов и овощей, ограничение соли и сахара. Разделение приемов пищи. Нарушения углеводного обмена и возможности его коррекции	1	устный опрос, реферат, доклад

4.	**Психология здоровья. Депрессии.** Стресс-менеджмент и поддержка психического здоровья (психологическая помощь, терапия) Раннее выявление депрессий. Снятие психоэмоционального напряжения и борьбы с хронической усталостью посредством бальнеотерапии, психотерапии, физиотерапии и климатолечения	1	устный опрос, реферат, доклад
Всего:		**4**	

5.4. Практические занятия

№ п/п	Тема, содержание занятия	Кол-во часов
1.	**Принципы диспансеризации, профилактические медицинские осмотры взрослого населения и их роль в формировании здорового образа жизни. Регулярные медосмотры.** Скрининговые обследования. Ведение личной истории здоровья. Ранняя диагностика заболеваний. Индивидуальные рекомендации. Вовлечение в здоровый образ жизни	2
2.	**Табакокурение, профилактика и помощь в отказе от табачной зависимости.** Виды химической и нехимической зависимости и пути ее преодоления. Первичная и вторичная профилактика табакокурения. Механизмы зависимости. Методы мотивационной поддержки. Никотиновая замена. Психологическая помощь	1
3.	**Метаболические мишени воздействия алкоголя. Профилактика злоупотребления алкоголем.** Влияние на печень и пищеварительную систему. Влияние на сердечно-сосудистую систему. Влияние на мозг. Токсичное воздействие этанола на нервные клетки мозга. Токсические эффекты алкоголя и возможности профилактики алкоголизма. Алкогольные интервенции. Методы реабилитации алкогольной зависимости	1
4.	**Физическая активность и ее роль в формировании здорового образа жизни.** Физическая активность и ее роль в формировании здорового образа жизни. Рекомендации по интенсивности и продолжительности физической нагрузки. Улучшение сердечно-сосудистого здоровья. Профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата. Контроль веса. Повышение общего тонуса организма. Первичная и вторичная профилактика остеопороза	1
5.	**Принципы здорового питания.** Принципы рационального питания. Баланс макро- и микронутриентов. Контроль рациона и калорийности. Добавление фруктов и овощей, ограничение соли и сахара. Разделение приемов пищи. Нарушения углеводного обмена и возможности его коррекции	1
6.	**Профилактика ожирения.** Алиментарно-конституциональное ожирение и пути его профилактики. Виды дислипидемий и пути их коррекции. Правильное питание и регулярная физическая активность. Диетическое питание как способ контроля веса. Повышение энергетической затратности и психологическая поддержка (избегание стрессов, тревожности и т.д.)	1
7.	**Профилактика кардиоваскулярных заболеваний (АГ, ИБС, инсульт).** Первичная и вторичная профилактика артериальной гипертензии. Контроль артериального давления. Меры профилактики кардиоваскулярных заболеваний. Контроль артериального давления (АД). Отказ от вредных привычек. Физическая активность. Контроль показателей крови	1
8.	**Профилактика нарушений углеводного обмена (сахарный диабет).** Контроль уровня глюкозы и повышение уровня физической активности. Правильное питание с низким гликемическим индексом. Контроль веса. Регулярная диагностика. Здоровый образ жизни. Контроль сопутствующих заболеваний	1
9.	**Профилактика хронических заболеваний органов дыхания (ХОБЛ, астма).** Атипичные формы острых респираторных вирусных инфекций и их первичная профилактика. Профилактика хронических заболеваний	1

	бронхолегочной системы. Минимизация воздействия вредных веществ (отказ от курения, борьба с аллергической реакцией на цветение, пыльцу). Ингаляции как способ лечения аллергических и респираторных заболеваний	
Всего:		**10**

5.5. Самостоятельная работа

№ п/п	Самостоятельная работа/ самостоятельная работа обучающегося (ординатора) под руководством преподавателя					Трудоемкость (ак. час.)
	Тематика	Вид контроля				
		СР под руководством преподавателя	Тип контроля	Методы контроля	Формы контроля	
1.	**Принципы диспансеризации, профилактические медицинские осмотры взрослого населения и их роль в формировании здорового образа жизни. Регулярные медосмотры.** Скрининговые обследования. Ведение личной истории здоровья. Ранняя диагностика заболеваний. Индивидуальные рекомендации. Вовлечение в здоровый образ жизни	СР	текущий	устный контроль	собеседование	4
2.	**Табакокурение, профилактика и помощь в отказе от табачной зависимости.** Виды химической и нехимической зависимости и пути ее преодоления. Первичная и вторичная профилактика табакокурения. Механизмы зависимости. Методы мотивационной поддержки. Никотиновая замена. Психологическая помощь	СР	текущий	устный контроль	собеседование	4
3.	**Метаболические мишени воздействия алкоголя. Профилактика злоупотребления алкоголем.** Влияние на печень и пищеварительную систему. Влияние на сердечно-сосудистую систему. Влияние на мозг.	СР	текущий	устный контроль	собеседование	4

	Токсичное воздействие этанола на нервные клетки мозга. Токсические эффекты алкоголя и возможности профилактики алкоголизма. Алкогольные интервенции. Методы реабилитации алкогольной зависимости					
4.	**Физическая активность и ее роль в формировании здорового образа жизни.** Физическая активность и ее роль в формировании здорового образа жизни. Рекомендации по интенсивности и продолжительности физической нагрузки. Улучшение сердечно-сосудистого здоровья. Профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата. Контроль веса. Повышение общего тонуса организма. Первичная и вторичная профилактика остеопороза	СР	текущий	устный контроль	собеседование	6
5.	**Принципы здорового питания.** Принципы рационального питания. Баланс макро- и микронутриентов. Контроль рациона и калорийности. Добавление фруктов и овощей, ограничение соли и сахара. Разделение приемов пищи. Нарушения углеводного обмена и возможности его коррекции	СР	текущий	устный контроль	собеседование	4
6.	**Профилактика ожирения.** Алиментарно-конституциональное ожирение и пути его профилактики. Виды дислипидемий и пути их коррекции. Правильное питание и регулярная физическая активность. Диетическое питание как способ контроля веса. Повышение энергетической затратности и психологическая поддержка (избегание стрессов,	СР	текущий	устный контроль	собеседование	4

	тревожности и т.д.)					
7.	**Профилактика кардиоваскулярных заболеваний (АГ, ИБС, инсульт).** Первичная и вторичная профилактика артериальной гипертензии. Контроль артериального давления. Меры профилактики кардиоваскулярных заболеваний. Контроль артериального давления (АД). Отказ от вредных привычек. Физическая активность. Контроль показателей крови	СР	текущий	устный контроль	собеседование	4
8.	**Профилактика нарушений углеводного обмена (сахарный диабет).** Контроль уровня глюкозы и повышение уровня физической активности. Правильное питание с низким гликемическим индексом. Контроль веса. Регулярная диагностика. Здоровый образ жизни. Контроль сопутствующих заболеваний	СР	текущий	устный контроль	собеседование	4
9.	**Профилактика хронических заболеваний органов дыхания (ХОБЛ, астма).** Атипичные формы острых респираторных вирусных инфекций и их первичная профилактика. Профилактика хронических заболеваний бронхолегочной системы. Минимизация воздействия вредных веществ (отказ от курения, борьба с аллергической реакцией на цветение, пыльцу). Ингаляции как способ лечения аллергических и респираторных заболеваний	СР	текущий	устный контроль	собеседование	4
10.	**Профилактика инфекционно обусловленных онкологических заболеваний (рака печени, рака желудка, рака слизистой ротовой полости, рака шейки**	СР	текущий	устный контроль	собеседование	4

	матки). Первичная профилактика туберкулеза. Канцеропревенция на догоспитальном этапе. Вакцинация (например, против ВПЧ, гепатита В). Профилактика инфекций. Скрининги и ранняя диагностика					
11.	**Психология здоровья. Депрессии.** Стресс-менеджмент и поддержка психического здоровья (психологическая помощь, терапия). Раннее выявление депрессий. Снятие психоэмоционального напряжения и борьбы с хронической усталостью посредством бальнеотерапии, психотерапии, физиотерапии и климатолечения	СР	текущий	устный контроль	собеседование	4
Всего:						**46**

6. Учебная и учебно-методическая литература по дисциплине

Основная литература:

1. Администрирование и менеджмент в здравоохранении: учебное пособие / составители О. В. Медведева [и др.]. – Рязань: РязГМУ, 2024. – 234 с. – Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. – Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/460325
2. Заболотний А.Г., Хунагов Р.Д., Ляушева С.А., Жуков В.И. Модель формирования здоровья студентов средствами физической культуры [Электронный ресурс] : коллективная монография. – Майкоп : ЭлИТ, 2022. – 250 с. – Режим доступа: http://bronsrv.skfnkc.ru:81/marcweb2/Found.asp
3. Колтошова, Т.В. Здоровьесбережение в физическом воспитании студентов на основе кинезиологического подхода [Текст] : Монография. – Омск : ОмГТУ, 2014. – 160 с. – Режим доступа: http://bronsrv.skfnkc.ru:81/marcweb2/Found.asp
4. Концевая А.В., Калинина А.М., Дроздова Л.Ю., Гамбарян М.Г., Горный Б.Э. и др. Укрепление общественного здоровья и медицинская профилактика [Текст] : руководство для Центров общественного здоровья и медицинской профилактики. - Москва : ФГБУ «НМИЦ ТПМ» Минздрава России, 2021. – 296 с. . – Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/460325
5. Крюкова Д.А., Лысак Л.А., Фурса О.В. Здоровый человек и его окружение [Текст] : учебное пособие / Под ред. Б.В. Кабарухина. – Изд. 8-е. – Ростов на Дону : Феникс, 2011. – 381 с. – Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/460325

Дополнительная литература:

1. Аганов, С.С. ГТО-основа здорового образа жизни [Текст] : монография. – СПб : Санкт-Петербургский университет Государственной противопожарной службы МЧС России, 2020. – 208 с. – Режим доступа: http://bronsrv.skfnkc.ru:81/marcweb2/Found.asp

2. Дети, спорт, здоровье (Выпуск 16) [Текст] : межрегиональный сборник научных трудов по проблемам интегративной и спортивной антропологии, посвященный памяти доктора медицинских наук, профессора Р.Н. Дорохова / Под общей редакцией к.п.н., доцента О.М. Бубненковой. – Смоленск : СГАФКСТ, 2020. – 190 с. – Режим доступа: http://bronsrv.skfnkc.ru:81/marcweb2/Found.asp

3. Загускин, С.Л. Ритмы клетки и здоровье человека / С.Л. Загускин ; Южный федеральный университет. – Ростов-на-Дону : Южный федеральный университет, 2010. – 292 с. – Режим доступа: http://bronsrv.skfnkc.ru:81/marcweb2/Found.asp

4. Карамнова Н.С., Драпкина О.М. COVID-19 и питание: новые акценты, прежние приоритеты (обзор рекомендаций) [Текст]. – Кардиоваскулярная терапия и профилактика. 2020; 19(3). С. 327-330. – Режим доступа: http://bronsrv.skfnkc.ru:81/marcweb2/Found.asp

5. Лазаренко, В.А. Формирование здорового образа жизни студентов [Текст] : монография. – Курск : КГМУ, 2013. – 148 с. – Режим доступа: http://bronsrv.skfnkc.ru:81/marcweb2/Found.asp

6. Проблемы общественного здоровья и здравоохранения [Текст] : сборник трудов Всероссийской научно-практической онлайн-конференции с международным участием / Редколл: А.В. Бреусов, О.Е. Коновалов, Г.Ю. Сазанова, И.В. Тарасенко, В.И. Тимошилов. - Курск : ФГБОУ ВО КГМУ Минздрава России, 2022. – 183 с.

7. Разумов, А.Н. Здоровье здорового человека (основы восстановительной медицины) [Текст]. – М. : Медицина, 1996. – 416 с. – Режим доступа: http://bronsrv.skfnkc.ru:81/marcweb2/Found.asp

8. Рахимов М.И., Фомина Е.В., Бареева Д.Р., Диц С.Г. Физическая культура и спорт (вопросы и ответы) [Текст] : учебно-методическое пособие. – Казань : Казанский университет, 2021. - 85 с. – Режим доступа: http://bronsrv.skfnkc.ru:81/marcweb2/Found.asp

9. Сергеева М.С., Глазкова Е.Н., Алексеева А.С., Романова И.Д. Физиология здорового образа жизни [Текст] : учебно-методическое пособие для студентов медицинских вузов. – Самара : издательство «АС-Дизайн», 2014. – 164 с. – Режим доступа: http://bronsrv.skfnkc.ru:81/marcweb2/Found.asp

10. Человек, здоровье, физическая культура и спорт в современном мире [Текст] : региональный сборник научно-методических материалов / под ред. Т.В. Иванниковой. – Рязань : Ряз. гос. ун-т имени С.А. Есенина, 2016. – 139 с. – Режим доступа: http://bronsrv.skfnkc.ru:81/marcweb2/Found.asp

Периодические издания:

1. Вопросы курортологии, физиотерапии и лечебной физической культуры: научно-практич. медицинский журн. / учредитель «Общероссийская общественная организация Российское общество врачей восстановительной медицины, медицинской реабилитации, курортологов и физиотерапевтов». – 1923. – М. Издательство Медиа Сфера. – Ежекварт. – Режим доступа: http://bronsrv.skfnkc.ru:81/marcweb2/Default.asp

2. Курортная медицина: научно-практический / Учредитель и издатель ФГБУ СКФНКЦ ФМБА России. – 2011. – Ежекварт. – Режим доступа: https://skfmba.ru/kurortmed

3. Современные вопросы биомедицины: научно-образовательный журнал / учредитель и издатель ФГБУ СКФНКЦ ФМБА России. – 2017. – Ежекварт. – Режим доступа: https://svbskfmba.ru/

4. Спортивная медицина: наука и практика: научно-практический журнал / учредители: Сеченовский университет, ОАО «Олимп. комплекс «Лужники». – 2012. – М.: «НП НЭИКОН». - Ежекварт. – Режим доступа: https://www.smjournal.ru/jour

5. Российский журнал спортивной науки: медицина, физиология, тренировка: научно-образовательный журнал / учредитель и издатель ФГБУ СКФНКЦ ФМБА России. – 2022. – Ежекварт. – Режим доступа: https://intsport.ru/

6. Теория и практика физической культуры: ежемес. науч.-теоретич. журн. / учредитель гос. комитет РФ по физ. культ., спорту и туризму, РГАФК. – 1925. – М.: Просветитель, 2012. – Ежемес. – Режим доступа: http://bronsrv.skfnkc.ru:81/marcweb2/Default.asp

7. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (информационно-справочные системы, профессиональные базы данных и др.)

Электронно-библиотечные системы

№, п/п	Наименование ЭБС	Адрес в сети «Интернет»	Условия доступа
1.	Электронная библиотека ФГБУ СКФНКЦ ФМБА России	http://bronsrv.skfnks.ru:81/marcweb2/Default.asp	доступ во внутренней сети учреждения
2.	ЭБС «Лань»	https://e.lanbook.com	лицензионный договор № ОСП 244464 210/26 от 24.04.2026
3.	Национальная электронная библиотека (НЭБ)	https://rusneb.ru/	свободный
4.	Национальная электронная библиотека eLibrary.ru	https://www.elibrary.ru/defaultx.asp	лицензионный договор № SIO-17185/2025 200/25 от 4/9/2025
5.	Национальная электронная библиотека «КиберЛенинка»	https://cyberleninka.ru/	свободный
6.	Официальный сайт Российской государственной библиотеки	http://www.rsl.ru/	свободный
7.	Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту	http://lib.sportedu.ru/	свободный

Электронные образовательные ресурсы

№, п/п	Наименование интернет-ресурса	Адрес в сети «Интернет»	Условия доступа
1.	Образовательный портал ФГБУ СКФНКЦ ФМБА России	https://skfmba-new.ispringlearn.ru/courses	доступ для преподавателей и обучающихся
2.	Консультант-Плюс – некоммерческая интернет-версия	https://www.consultant.ru/	свободный
3.	«Гарант.ру» – информационно-правовой портал	https://www.garant.ru/	свободный
4.	Электронный фонд нормативно-технической и нормативно-	https://kodeks.ru/	свободный

	правовой информации Консорциума «Кодекс»		
5.	Официальный портал МЧС России «Культура безопасности жизнедеятельности» – Доврачебная помощь	http://www.culture.mchs.gov.ru/medical	свободный
6.	Министерство здравоохранения Российской Федерации	https://minzdrav.gov.ru/	свободный
7.	Рубрикатор клинических рекомендаций	https://cr.minzdrav.gov.ru/	свободный
8.	Федеральный фонд обязательного медицинского страхования	http://ffoms.ru	свободный
9.	Всемирная организация здравоохранения	https://www.who.int/ru	свободный
10.	Центральный НИИ организации и информатизации здравоохранения	http://mednet.ru	свободный
11.	Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека	https://www.rospotrebnadzor.ru/	свободный
12.	Федеральная служба государственной статистики	https://rosstat.gov.ru/	свободный
13.	Электронный журнал Государственный менеджмент	http://gosman.ru	свободный
14.	Экспертная сеть по вопросам управления	http://gosbook.ru	свободный
15.	Общероссийская социальная сеть «Врачи РФ»	http://vrachirf.ru/	свободный
16.	Медицинская информационная платформа MedElement	https://medelement.com/	свободный
17.	Сайт Европейского совета по реанимации (ERC)	www.erc.edu	свободный
18.	Сайт Национального совета по реанимации (Россия)	www.rusnrc.com	свободный
19.	Сайт Общероссийской Общественной Организации «Российское общество врачей восстановительной медицины, медицинской реабилитации, курортологов и физиотерапевтов»	http://rovvm.ru/	свободный
20.	Нормативные словари, фиксирующие нормы современного русского литературного языка при его использовании в качестве государственного языка Российской Федерации	https://ruslang.ru/normativnyje_slovari	свободный

8. Перечень информационных технологий, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем, профессиональные базы данных

Операционная система Microsoft Windows Professional 10 Russian Upgrade OLP NL Academic Edition (FQC-09519). Бессрочная лицензия. Договор №376-СК от 20.11.17.

Пакеты программ Microsoft Office Standard 2016 Russian OLP NL Academic Edition (021-10548). Бессрочная лицензия. Договор №376-СК от 20.11.17.

Пакет офисных программ Microsoft Office Std Dev SL A Each. Бессрочная лицензия. Договор № № 137-СК/20 от 10.01.2020 г.

Неисключительные права (лицензии) на программное обеспечение StatSoft Statistica Ultimate Academic for Windows 10 Russian/13 English. Сетевая версия (Concurrent User). Бессрочная лицензия. Договор 376-СК от 20.11.17.

9. Материально-техническое обеспечение

Помещения предусмотрены для оказания медицинской помощи пациентам, в том числе связанные с медицинскими вмешательствами, оснащены специализированным оборудованием и медицинскими изделиями (тонометр, фонендоскоп, термометр, медицинские весы, ростомер, противошоковый набор, набор и укладка для экстренных профилактических и лечебных мероприятий, облучатель бактерицидный, аппарат для вибротерапии, велотренажер, динамометр, метроном, шведская стенка, пульсотахометр, спирометр, угломер для определения подвижности суставов конечностей и пальцев, вертебральный тренажер-свинг-машина, секундомер, часы, гимнастические палки, обручи, гантели, гимнастические коврики, набор мячей, кушетка массажная с изменяющейся высотой с набором валиков для укладки пациента) и расходным материалом. Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет».