

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ  
ПАВЛОВ АЛЕКСАНДР ЮРЬЕВИЧ

Утверждаю  
  
ИП Павлов А.Ю.  
приказ № 1 от 11.01.2024г.

**Дополнительная общеобразовательная программа –  
дополнительная общеразвивающая программа  
естественнонаучной направленности  
«ВАШ ЗДОРОВЫЙ ЖКТ»**

Саратов, 2024

# СОДЕРЖАНИЕ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА4
  - 1.1. Направленность программы4
  - 1.2. Уровень программы5
  - 1.3. Нормативная база5
  - 1.4. Актуальность программы5
  - 1.5. Адресат программы6
  - 1.6. Объём и срок освоения программы6
  - 1.7. Форма обучения7
  - 1.8. Режим занятий7
  - 1.9. Формы аттестации7
  - 1.10. Особенности организации образовательного процесса7
2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ8
  - 2.1. Цель8
  - 2.2. Задачи8
3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ11
  - 3.1. Учебный план11
  - 3.2. Рабочая программа11
  - 3.3. Календарный учебный график16
4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ И ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ18
  - 4.1. Планируемые результаты освоения программы18
  - 4.2. Оценка качества освоения программы21
  - 4.3. Формы аттестации22
  - 4.4. Оценочные материалы и иные компоненты23
5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ28
  - 5.1. Материально-техническое обеспечение28
  - 5.2. Кадровое обеспечение30
  - 5.3. Методические материалы31
6. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ34
7. СОСТАВИТЕЛЬ ПРОГРАММЫ35



## **1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Программа регламентирует цели, ожидаемые результаты, содержание, условия и технологии реализации образовательного процесса, оценку качества подготовки по данному направлению подготовки и профилю и включает в себя: учебный план; рабочие программы учебных дисциплин и другие материалы, обеспечивающие качество подготовки обучающихся, а также календарный учебный график и методические и оценочные материалы, обеспечивающие реализацию соответствующей образовательной технологии.

### **1.1. Направленность программы**

В последние годы отмечается значительное ухудшение всех показателей состояния здоровья населения. Стрессы, плохое питание, несбалансированность обучающихся и техногенных нагрузок, снижение возможности участвовать в оздоровительных мероприятиях, неполноценный отдых — эти и другие причины приводят к росту числа заболеваний организма.

Наиболее распространенными заболеваниями являются болезни органов дыхания, нервной системы, органов чувств и пищеварения, что соответствует особенностям экологической и социально-экономической обстановки в стране.

Программа «ВАШ ЗДОРОВЫЙ ЖКТ» представляет собой комплексную систему профилактических и оздоровительных технологий, реализация которых проводится в отношении всех возрастных групп.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «ВАШ ЗДОРОВЫЙ ЖКТ» (далее Программа) является комплексной программой формирования у обучающихся знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического здоровья желудочно-кишечного тракта (ЖКТ) и ориентирована на сохранение и укрепление здоровья как ценности.

## **1.2. Уровень программы**

Уровень программы: базовый.

## **1.3. Нормативная база**

Программа разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона РФ от 29 декабря 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказа Минтруда России от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»,
- Приказа Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 26.08.2010 № 761н «Единый квалификационный справочник должностей руководителей, специалистов и служащих. Раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования».

## **1.4. Актуальность программы**

Актуальной проблемой в настоящее время является сохранение, укрепление здоровья как ценности. Неправильное питание среди детей и взрослых, развитие заболеваний желудочно-кишечного тракта - являются проблемой и медицинской и социальной. Болезни желудочно-кишечного тракта сопровождаются психоэмоциональными нарушениями и распространяются на

все сферы жизни человека. Отсутствие у населения достоверной и понятной информации об устройстве ЖКТ, важности и влиянии на здоровый ЖКТ в разном возрасте правильного питания и образа жизни, значение физических нагрузок, информации об особенностях формирования и сочетания иных нарушений здоровья, напрямую связанных с ЖКТ, когда и к какому врачу обращаться, зачем проводятся те или иные меры врачебной диагностики – одна из причин значительного роста заболеваний ЖКТ в последние годы, особенно среди подростков и людей молодого возраста. Данная программа направлена именно на предоставление населению понятной и достоверной информации о принципах работы ЖКТ, действиях которые необходимо предпринимать чтобы сохранить его здоровье, и какие сведения необходимо сообщать врачу при нарушении здоровья ЖКТ, какие методы диагностики могут помочь установить правильный диагноз и в каких случаях эти методики назначаются, какие действия в целом необходимо предпринимать если здоровье ЖКТ уже нарушено.

### **1.5. Адресат программы**

Программа рассчитана на неограниченный круг обучающихся.

Обучение проводится только на основе добровольности и при явной заинтересованности к здоровому образу жизни в целом и здоровому ЖКТ.

### **1.6. Объём и срок освоения программы**

Объём программы – 110 часов, в том числе:

- лекционная работа – 50 часов,
- самостоятельная работа – 60 часов.

Срок освоения программы – 1,5 месяца.

1 академический час = 45 минут.

### **1.7. Форма обучения**

Программа реализуется в заочной форме с применением исключительно электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

### **1.8. Режим занятий**

Программа проходит 7 недель по 6 дней в неделю по 2-2,5 часа в день.

### **1.9. Формы контроля**

Текущий контроль результатов обучающихся происходит по итогам выполнения обучающимся самостоятельной работы после прохождения занятий в письменной форме.

Для оценки обучающимся своих навыков и возможности корректировки в процессе обучения, обучающемуся предоставляются материалы для практических заданий.

Промежуточная оценка результатов – зачет в форме тестирования.

### **1.10. Особенности организации образовательного процесса**

Изучение материала осуществляется дистанционно с использованием личного кабинета на платформе GetCourse по адресу <https://school.docgastrolife.ru/teach/control/stream>. Лекционная работа включает изучение лекционного видео материала, размещенного в СДО. Самостоятельная работа обучающегося заключается в выполнении заданий, размещенных в СДО в разделе «задание» на странице урока в личном кабинете обучающегося. Консультации проводятся через комментарии к урокам за счет часов лекционной и самостоятельной работы.

## 2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

### 2.1. Цель

Целью программы является формирование разносторонне физически развитой личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры, оптимизации трудовой деятельности, умеющей использовать ценности физической культуры и в частности средств функционального тренинга для укрепления и сохранения собственного здоровья, организации активного отдыха. Формирование устойчивых мотивов и потребности к регулярным занятиям физической культурой, целостном развитии физических и психических качеств, морально волевых качеств.

### 2.2. Задачи

Для достижения цели в программе ставятся следующие задачи:

- формирование представлений об основных компонентах культуры здоровья ЖКТ и здорового образа жизни;
- пробуждение в обучающихся желания заботиться о своем здоровье (формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью) путем соблюдения правил здорового образа жизни и организации здоровьесберегающего характера учебной деятельности и общения;
- формирование представлений о рациональной организации режима дня, двигательной активности;
- формирование установок на использование здорового питания;
- использование оптимальных двигательных режимов с учетом возрастных, психофизических особенностей человека;
- соблюдение здоровьесозидающих режимов дня;



- развитие готовности самостоятельно поддерживать свое здоровье на основе использования полученных знаний и навыков;
- формирование негативного отношения к факторам риска здоровью (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества, инфекционные заболевания);
- формирование у человека потребности безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам, связанным с особенностями состояния здоровья;
- формирование у человека комплекса знаний, который позволит точно выполнить предписания врача, пройти необходимые диагностики
- воспитание положительных качеств личности, эстетическому и нравственному воспитанию, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества.

#### **Образовательные задачи:**

- дать представление об оздоровлении организма и улучшении самочувствия;
- дать информацию об устройстве и особенностях функционирования ЖКТ, его связи с другими органами и системами;
- дать информацию какие существуют методы диагностики и лечения ЖКТ в современной медицине;
- обучить обучающихся основным протоколам питания;
- научить правильно регулировать свою физическую нагрузку, обеспечивать режим дня;
- обучение способам повышения качества жизни через здоровый ЖКТ.

#### **Развивающие задачи:**

- способствовать повышению работоспособности населения;
- развивать двигательные способности;

- формировать навыки осознанного и самостоятельного сохранения здорового ЖКТ у себя, своих детей и близких.

**Воспитательные задачи:**

- воспитывать чувство коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки;
- воспитывать дисциплинированность;
- способствовать снятию стрессов и раздражительности.

### 3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

#### 3.1. Учебный план

Содержание	Всего, час	Лекционна я работа	Самостоя- тельная работа
1. Общие вопросы: Питание, режим, профилактика	15	5	10
2. Исследование ЖКТ	17	10	7
3. Влияние на пищеварение внешних систем	23	8	15
4. Желудок	13	10	3
5. Печень, желчный, поджелудочная железа, детокс	21	10	11
6. Кишечник	21	10	11
<b>Итого</b>	<b>110</b>		

В учебный план не включен итоговый контроль с целью определения достигнуты ли планируемые результаты освоения данной программы.

#### 3.2. Рабочая программа

##### Тема 1. Кишечник

###### Аудиторная работа

Основные протоколы питания и их суть.

Противовоспалительное восстановительное питание.

Питание при стрессе.

Желчегонное питание.

Режим питания и дня. Влияние на ЖКТ.

Питание детей в разном возрасте.

Онкопревенция в гастроэнтерологии.

###### Самостоятельная работа

Работа с источниками из списка литературы (раздел 6 – список методической литературы), изучение и повторение материалов лекции.

### Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация проходит в форме зачета (тестирование).

Материалы для промежуточной аттестации и критерии оценки размещены в разделах 4.3 и 4.4 программы.

## **Тема 2. Исследование ЖКТ**

### Аудиторная работа

Самодиагностика без анализов.

Копрограмма - разбор анализа.

ФГДС - основной метод исследования желудка.

ХМС/БАК посев/Секвенирование - исследование микробиоты.

Колоноскопия - определение состояния толстого кишечника.

Специфические анализы кала и крови для уточнения диагноза и отслеживания динамики состояния ЖКТ.

Органические кислоты мочи и ЖКТ - ценный метод в диагностике скрытых нарушений на ранних стадиях.

### Самостоятельная работа

Работа с источниками из списка литературы (раздел 6 – список методической литературы), изучение и повторение материалов лекции.

### Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация проходит в форме зачета (тестирование).

Материалы для промежуточной аттестации и критерии оценки размещены в разделах 4.3 и 4.4 программы.

## **Тема 3. Влияние на пищеварение внешних систем**

### Аудиторная работа

Влияние гормонов на ЖКТ - ищем баланс.

Недостаток энергии - причина многих нарушений в ЖКТ.

Кишечный барьер: нарушения и восстановление его целостности.

Интоксикация и стресс: минимизируем риски для ЖКТ.

#### Самостоятельная работа

Работа с источниками из списка литературы (раздел 6 – список методической литературы), изучение и повторение материалов лекции.

#### Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация проходит в форме зачета (тестирование).

Материалы для промежуточной аттестации и критерии оценки размещены в разделах 4.3 и 4.4 программы.

### **Тема 4. Желудок**

#### Аудиторная работа

Повышенная и пониженная кислотность: как наладить основную функцию желудка.

Гастрит и эрозии: лечение.

Язва желудка-диагностика, терапия, профилактика.

Рефлюкс - как избавиться от проблемы раз и навсегда.

Хеликобактер Пилори: казнить нельзя помиловать.

Атрофия, метаплазия, инфильтрация - изменения слизистой и как их лечить.

Функция желудка у детей. Эволюция. Особенности.

#### Самостоятельная работа

Работа с источниками из списка литературы (раздел 6 – список методической литературы), изучение и повторение материалов лекции.

#### Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация проходит в форме зачета (тестирование).

Материалы для промежуточной аттестации и критерии оценки размещены в разделах 4.3 и 4.4 программы.

## **Тема 5. Печень, желчный, поджелудочная железа, детокс**

### Аудиторная работа

Желчеотток - основа здоровья ЖКТ (холерез, холекинез).

Дискинезия ЖВП + сладж синдром - избавляемся от рисков тяжелых нарушений.

Камни в ЖП - тактика терапии и профилактики.

Нарушения функции ПЖ: панкреатит, липоматоз, связь с желчным пузырем.

Желчеотток у детей и беременных особенности поддержки.

Удаленный ЖП - как вернуться к “нормальной жизни”.

Печень: основа здорового детокса. Понятие о детоксе.

Восстановление 1,2,3,4 фаз детокса.

Поддержка печени при нарушениях ее работы: жировой гепатоз, гемангиомы, кисты, гепатиты, повреждение лекарствами.

### Самостоятельная работа

Работа с источниками из списка литературы (раздел 6 – список методической литературы), изучение и повторение материалов лекции.

### Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация проходит в форме зачета (тестирование).

Материалы для промежуточной аттестации и критерии оценки размещены в разделах 4.3 и 4.4 программы.

## **Тема 6. Кишечник**

### Аудиторная работа

Микробиота - подробный разбор (СИБР /СИГР /Дисбиоз /СРК /БИОПЛЕНКИ).

Связь кишечника, детокса, иммунитета-ось здоровья (часто болеющие, акне).

Повышенная кишечная проницаемость-тактика.

Паразитозы.

Анемии - как не допустить самое плохое.

Аутоиммунные болезни ЖКТ - Крон, Язвенный колит.

Кишечник у детей – особенности.

Набор веса - проблема комплексного подхода.

Сочетанные проблемы в ЖКТ - как начинать и продолжать терапию если сразу несколько проблем.

Поносы и запоры - комплексная проблема всего ЖКТ.

#### Самостоятельная работа

Работа с источниками из списка литературы (раздел 6 – список методической литературы), изучение и повторение материалов лекции.

#### Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация проходит в форме зачета (тестирование).

Материалы для промежуточной аттестации и критерии оценки размещены в разделах 4.3 и 4.4 программы.

### 3.3. Календарный учебный график

Неделя	День	Модуль					
		1	2	3	4	5	6
1	1	2 ч					
	2	2 ч					
	3	2 ч					
	4	3 ч					
	5	3 ч					
	6	3 ч					
2	7		2 ч				
	8		3 ч				
	9		3 ч				
	10		3 ч				
	11		3 ч				
	12		3 ч				
3	13			3 ч			
	14			3 ч			
	15			3 ч			
	16			3 ч			
	17			3 ч			
	18			3 ч			
4	19			3 ч			
	20			2 ч			
	21				2 ч		
	22				2 ч		
	23				2 ч		
	24				2 ч		
5	25				2 ч		
	26				3 ч		
	27					3 ч	
	28					3 ч	
	29					3 ч	
	30					3 ч	
6	31					3 ч	
	32					3 ч	
	33					3 ч	
	34						3 ч
	35						3 ч
	36						3 ч



Неделя	День	Модуль					
		1	2	3	4	5	6
7	37						2 ч
	38						2 ч
	39						2 ч
	40						2 ч
	41						2 ч
	42						2 ч

## **4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ И ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

### **4.1. Планируемые результаты освоения программы**

В ходе изучения Программы в основном формируются и получают развитие следующие результаты:

#### **Предметные результаты:**

- формирование знаний о том какое питание подходит для коррекции нарушений, о переходе на лечебный протокол питания, о том как уменьшить газообразование, вздутие, изжога, нормализовать стул
- овладение умениями организовывать здоровьесформирующую и здоровье сберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, спортивные игры и т. д.);
  - умение рассматривать пищеварение как часть всех процессов в организме и навык управления уровнем энергии, настроением, продуктивностью за счет нормализации работы ЖКТ;
  - знания о том, как научить желудок правильно переваривать любые продукты, как исключить боли в желудке, рефлюкс и неприятный запах изо рта, что такое атрофии и метаплазии в желудке;
  - знания о применении желчегонных препаратов, улучшении качества и текучести желчи при загибе, сладже, хлопьях и сгущении желчи (профилактика образование камней и полипов ЖП);
  - знания о нарушениях микробиоты, профилактике воспаления в кишечнике, профилактике паразитозов;
  - Знания о сочетанных вариантах терапии при нескольких заболеваниях в разных отделах ЖКТ;

- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья;
- планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня;
- развитие основных физических качеств;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения.

**Метапредметные результаты** характеризуют уровень сформированности универсальных учебных действий учащихся, проявляющихся в познавательной и практической деятельности, и отражают:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления в разных формах и видах физкультурной деятельности;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием ее реализации;
- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха или неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- продуктивное сотрудничество (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении задач физкультурной деятельности;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;
- умение осуществлять информационную, познавательную и практическую деятельность с использованием различных средств информации и коммуникации;
- формирование понимания красоты телосложения и осанки человека в соответствии с культурными образцами и эстетическими канонами,

формирование физической красоты с позиции укрепления и сохранения здоровья.

**Личностные результаты** отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые они должны приобрести в процессе освоения данного курса, а именно:

- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения;
- формирование этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- формирование умения использовать знания об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;
- владение знаниями о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний ЖКТ;
- проявление дисциплинированности, внимательности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат.

В результате изучения программы обучающиеся должны:

**ЗНАТЬ:**

- базовые знания о здоровом образе жизни;
- общие сведения об устройстве ЖКТ;
- общие сведения о методах и способах диагностики и самодиагностики нарушений ЖКТ;
- общие сведения об особенностях функционирования желудка, печени и кишечника;

- средства и методы нормализации и коррекции состояния ЖКТ, влияние на здоровье ЖКТ психосоматических проявлений стресса.

#### **УМЕТЬ:**

- самостоятельно организовать распорядок дня с заданной дозированной нагрузкой для себя и членов семьи;
- находить, анализировать типичные нарушения в работе ЖКТ;
- самостоятельно составлять программу питания ориентируясь на протоколы питания, имеющиеся нарушения в здоровье ЖКТ;
- вовремя реагировать на нарушения в работе ЖКТ для последующего обращения к врачу узкой специализации для назначения лечения.

#### **ВЛАДЕТЬ НАВЫКАМИ:**

- использования приобретенных знаний и умений в практической деятельности и повседневной жизни для повышения работоспособности, укрепления и сохранения здоровья, активной творческой жизнедеятельности, выбора и формирования здорового образа жизни.

### **4.2. Оценка качества освоения программы**

Оценка качества освоения образовательной программы проводится в отношении соответствия результатов освоения программы заявленным целям и планируемым результатам.

Оценка качества освоения образовательной программы обучающимися включает текущий контроль, промежуточную аттестации обучающихся.

### 4.3. Формы аттестации

Процедура оценки уровня и качества освоения обучающимися образовательной программы, а также соответствие их планируемым результатам проводится в форме заданий, теста.

Программой предусмотрены такие виды аттестации, как промежуточная аттестация.

Промежуточная аттестация – это оценка уровня и качества освоения обучающимися содержания образовательной программы по итогам каждого модуля. Промежуточная аттестация осуществляется в виде анализа выполнения учебного плана с учетом результатов текущего контроля. Форма промежуточной аттестации – зачет в виде тестирования.

Текущий контроль знаний, промежуточная аттестация проводятся в соответствии с оценочными материалами, содержащими контрольно-измерительные материалы и критерии оценивания освоения программы.

Критерии оценки результатов освоения программы в процессе текущего контроля, промежуточной аттестации представлены в таблице:

Текущий контроль (по итогам выполнения задания)	Высокий уровень – на все вопросы задания даны ответы с пояснениями (при необходимости). Ответы соответствуют теме вопроса. Средний уровень – в задании есть один вопрос без ответа или ответ не соответствует теме вопроса, на остальные вопросы задания даны ответы с пояснениями (при необходимости), соответствующие теме вопроса. Низкий уровень – более одного вопроса в задания оставлено без ответа или ответ не соответствует теме вопроса.
---	---

Задания для текущего контроля и промежуточной аттестации размещены в системе дистанционного образования по адресу <https://school.docgastrolife.ru/>, на странице соответствующего занятия (урока) курса, они доступны авторизованному пользователю платформы, зачисленному в качестве обучающегося.

Для доступа к разделу с тестированием в конце каждого Модуля обучающемуся необходимо заполнить анкету обратной связи, только после этого предоставляется доступ к выполнению тестирования.

Обучающийся после освоения материалов занятия выполняет задание в любое удобное ему время.

Условием успешного прохождения промежуточной аттестации является получение оценки «зачтено» при двухбалльной шкале оценивания. При оценивании результатов обучения в ходе промежуточной аттестации используются следующие критерии и шкала оценки теста:

Оценка	Критерии оценки
зачтено	даны правильные ответы не менее чем на 80 % вопросов теста
не зачтено	даны правильные ответы менее чем на 80 % вопросов теста

Обучающимся, выполнившим все задания программы выдается Сертификат о прохождении курса. Обучающимся, не выполнившим все задания, выдается Справка об обучении.

#### **4.4. Оценочные материалы и иные компоненты**

**Контрольно-измерительные материалы**, представляют собой тестовые задания для промежуточной аттестации. Это краткое стандартизированное испытание, в основе которого лежит специально подготовленный набор заданий, позволяющий объективно оценить исследуемые качества на основе использования статистических методов.

Система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающегося.

Обучающимся предлагается тестирование в виде закрытого варианта (то есть выбрать необходимо только один правильный ответ и предложенных вариантов к вопросу).

После каждого раздела образовательной программы предлагается тестирование в виде 5 закрытых вопросов.

Ниже приведены примерные варианты вопросов для тестирования:

1. Комплекс органов, осуществляющих процесс механической и химической обработки пищи, всасывание переработанных веществ и выведение наружу непереваренных частей – это

- А) дыхательная система
- Б) кровеносная система
- В) пищеварительная
- Г) выделительная

2. Сколько пар слюнных желёз имеется у человека?

- А) одна
- Б) две
- В) три
- Г) четыре

3. Начальный отдел тонкой кишки:

- А) прямая кишка
- Б) повздошная кишка
- В) двенадцатиперстная кишка
- Г) слепая кишка

4. В ротовой полости под действием ферментов слюнных желёз перевариваются:

- А) углеводы
- Б) жиры
- В) белки
- Г) белки, жиры, углеводы

5. Крахмал в пищеварительной системе человека расщепляется до:



- А) глюкозы
- Б) аминокислот
- В) глицерина и жирных кислот
- Г) углекислого газа и воды

6. С пищей человек получает?

- А. неорганические вещества
- Б. органические вещества
- В. неорганические и органические вещества

7. Переваривание углеводов невозможно при отсутствии пищеварительном соке

- А. пепсина
- Б. липазы
- В. амилазы
- Г. соляной кислоты

8. Конечными продуктами расщепления жиров в пищеварительной системе являются:

- А. глюкоза и глицерин
- Б. глицерин и аминокислоты
- В. вода и углекислый газ
- Г. карбоновые кислоты и глицерин

9. В толстой кишке в процессе жизнедеятельности микроорганизмов синтезируются витамины:

- А. А и С
- Б. С и В12
- В. В12 и К

10. Аппендикс – это полый отросток кишки:

А. двенадцатиперстной

Б. прямой

В. слепой

11. Среда сока поджелудочной железы, поступающего в двенадцатиперстную кишку:

А. кислая

Б. щелочная

В. нейтральная

12. Для человека типично пищеварение:

А. внутриклеточное и внутриполостное

Б. внутриполостное и мембранное

В. внеклеточное внешнее и внутриклеточное

13. Железа, вырабатывающая пищеварительные ферменты и гормоны (смешанная железа),-это:

А. печень

Б. слюнная

В. поджелудочная

14. Каждая челюсть имеет:

А. два резца

Б. четыре резца

В. шесть резцов

15. Назовите пищеварительный сок, в состав которого входит большое количество соляной кислоты.

А. желчь

Б. слюна

В. желудочный сок

16. Некоторые микроорганизмы толстой кишки продуцируют

А. витамины и аминокислоты

Б. аминокислоты и сахарозу

В. сахарозу и глицерин

17. Наиболее активное переваривание жиров происходит в:

А. ротовой полости

Б. желудке

В. тонкой кишке

Г. толстой кишке

Перечень вопросов к тестированию может утверждаться отдельно.

## 5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

### 5.1. Материально-техническое обеспечение

Программа реализуется исключительно с применением электронного обучения и дистанционных технологий на платформе по адресу: <https://school.docgastrolife.ru/>.

Аудиторные теоретические и практические занятия проводятся в заочной форме. В проведении лекционных и практических занятий используется материально-техническое обеспечение. Для обучения по программе используется современное оборудование – компьютер или ноутбук, подключенным к сети Интернет, звуковое и световое оборудование.

Для успешного обучения с использованием электронного обучения и дистанционных технологий обучающимся рекомендуется соблюдать определенные требования к программному обеспечению персонального компьютера:

- подключение к сети Интернет со скоростью минимально 3 Мбит/с, доступ к сети по протоколам HTTP.
- на компьютере также должен быть установлен комплект соответствующего программного обеспечения (ОС не ниже Windows 7).

Также необходимо наличие динамиков (наушников).

Для просмотра электронных образовательных ресурсов необходимо входить в личный кабинет на портале через:

- Компьютер, необходима версия браузера: Internet Explorer 9 или выше; Mozilla Firefox 45 или выше; Google Chrome 48 или выше; Microsoft Edge.
- Телефон, версия: iOS 9. x или выше (для iPad и iPhone); Android 4.4 или выше.

Для реализации программы с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий созданы условия для функционирования электронной информационно-образовательной среды, включающей в себя:

- электронные информационные ресурсы,
- электронные образовательные ресурсы,
- совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств.

Данная среда способствует освоению обучающимися программ в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся.

Электронная информационно-образовательная среда обеспечивает возможность осуществлять следующие виды деятельности:

- планирование образовательного процесса,
- размещение и сохранение материалов образовательного процесса,
- фиксацию хода образовательного процесса и результатов освоения программы,
- контролируемый доступ участников образовательного процесса к информационным образовательным ресурсам в сети Интернет,
- проведение мониторинга успеваемости обучающихся.

При реализации Программы с применением дистанционных технологий, обучающийся организует свое рабочее место самостоятельно.

Программа содержит все необходимые материалы в электронном виде, в том числе ссылки на дополнительные материалы в сети интернет, размещенные как на образовательной платформе в личном кабинете обучающегося, так и на других сайтах в открытом доступе.

Для выполнения заданий обучающемуся бесплатно предоставляется аккаунт на образовательной платформе на всё время доступа к материалам.

В проведении лекционных и практических занятий могут использоваться следующие онлайн-источники:

GETCOURSE <https://getcourse.ru/> – автоматизированная система проведения обучения в интерактивном режиме (электронная информационно-образовательная среда).

ZOOM <https://zoom.us/> – платформа для создания и проведения видеоконференций, вебинаров, интерактивных досок, курсов, тестов и опросов.

Telegram <https://web.telegram.org/k/> — кроссплатформенная система мгновенного обмена сообщениями.

## 5.2. Кадровое обеспечение

Реализация программы обеспечивается квалифицированными кадрами, имеющими педагогическое образование или прошедшими обучение по дополнительной образовательной программе профессиональной переподготовки в области педагогики и имеющими опыт работы и/или прошедшими обучение по дополнительной образовательной программе профессиональной переподготовки в профессиональной области, соответствующей направленности образовательной программы, что соответствует требованиям Приказа Минтруда России от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» и приказа Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 26.08.2010 № 761н «Единый квалификационный справочник должностей руководителей, специалистов и служащих. Раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования».

Образовательный процесс осуществляется на основании учебного плана и регламентируется расписанием занятий.

Для реализации программы задействован следующий кадровый потенциал:

Преподаватели: педагоги дополнительного образования. Обеспечивается необходимый уровень компетенции преподавательского состава, включающий высшее или среднее профессиональное образование, дополнительное профессиональное обучение.

Административный персонал: обеспечивает условия для эффективной работы педагогического коллектива, осуществляет контроль, настройку технического обеспечения и текущую организационную работу.

### 5.3. Методические материалы

Программа содержит все необходимые материалы в электронном виде, в том числе ссылки на дополнительные материалы в сети интернет. Программа обеспечена учебно-методической литературой и материалами.

Изучать программу рекомендуется в соответствии с той последовательностью, которая обозначена в ее содержании.

На лекциях (теоретических занятиях) преподаватель озвучивает тему, знакомит с перечнем литературы по теме, обосновывает место и роль этой темы в данном модуле, раскрывает ее практическое значение.

Практические занятия по своему содержанию связаны с тематикой лекционных занятий. Начинать подготовку к занятию целесообразно с конспекта лекций. Задание на практическое занятие сообщается обучающимся до его проведения, преподаватель организует обсуждение темы, выступая в качестве организатора, консультанта и эксперта учебно-познавательной деятельности обучающегося.

Изучение программы включает самостоятельную работу обучающегося.

Основными видами самостоятельной работы обучающихся с участием преподавателей являются:

- текущие консультации.

Основными видами самостоятельной работы обучающихся без участия преподавателей являются:

- формирование и усвоение содержания конспекта лекций на базе рекомендованной лектором учебной литературы, включая информационные образовательные ресурсы (электронные учебники, электронные библиотеки и др.);

- самостоятельное изучение отдельных тем или вопросов по учебникам или учебным пособиям;
- выполнение домашних заданий в виде решения отдельных задач, проведения типовых расчетов, расчетно-компьютерных и индивидуальных работ по отдельным разделам содержания программы.

Образовательная программа обеспечена учебно-методическими материалами посредством:

- учебно-методических разработок в электронной форме, размещенных в личных кабинетах обучающихся на платформе <https://school.docgastrolife.ru/>, в том числе видео-лекции, контрольно-измерительные материалы;
- платформы системы дистанционного обучения (СДО) по адресу <https://school.docgastrolife.ru/>;
- наличием обратной связи с преподавателем через функционал для связи с педагогом дополнительного образования по любым возникающим у обучающегося вопросам (возможность направления текстового сообщения) и через комментарии на странице каждого урока на платформе СДО.

Обучающиеся по образовательной программе могут использовать дополнительные Интернет-ресурсы, такие как:

**рекомендованные Интернет-ресурсы:**

- Российское образование. Федеральный портал- <http://www.edu.ru>
- Федеральный институт педагогических измерений <http://www.fipi.ru>
- Справочно-правовая система «Гарант» <https://www.garant.ru/>

**электронные библиотеки:**

- Научная электронная библиотека eLIBRARY <https://elibrary.ru> .



Для использования Интернет-ресурсов информационно-библиотечного комплекса необходима предварительная регистрация обучающегося. Рекомендованная образовательной программой литература доступна к изучению в свободном доступе после регистрации на сайте электронной библиотеки. Ссылки для доступа в электронные библиотеки размещаются в личном кабинете обучающегося в СДО в разделе «Электронная библиотека».

Список литературы, доступной в электронных библиотеках размещен в пункте 6.2 программы.

## 6. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. КЛИНИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ. ГАСТРОЭНТЕРОЛОГИЯ  
Российская гастроэнтерологическая ассоц. ; гл. ред. В. Т. Ивашкин  
ISBN: 5-9704-0294-X Год издания: 2006
2. Гастроэнтерология. Стандарты медицинской помощи. Критерии оценки качества. Фармакологический справочник / - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 480 с. - ISBN 978-5-9704-
3. Солгалова С.А, Глухова Т.В., «Антисекреторная терапия в клинической практике» Учебнометодическое пособие, Ставрополь, 2019-56 с.
4. Маколкин, В.И. Внутренние болезни [Электронный ресурс]: учеб. / В.И. Маколкин, С.И., Овчаренко, В.А. Сулимов - 6-е изд., перераб. и доп. М.: ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 768 с.
5. Пропедевтика внутренних болезней : учебник / Мухин Н. А. , Моисеев В. С. - Москва : ГЭОТАРМедиа, 2020. - 848 с. - ISBN 978-5-9704-5327-8. -
6. Поликлиническая терапия : учебник / под ред. И. Л. Давыдкина, Ю. В. Щукина. - 2-е изд. , перераб. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 840 с. - ISBN 978-5-9704-6347-5.
7. Редкие и интересные клинические случаи в практике интерниста / под ред. Р. Г. Сайфутдинова. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 432 с. - ISBN 978-5-9704-5638-5.
8. Гастроэнтерология. Национальное руководство [Электронный ресурс] / под ред. В. Т. Ивашкина, Т. Л. Лапиной - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2018. - 464 с.
9. Клиническая патология: руководство для врачей / под ред. В. С. Паукова.  
- М. : Литера, 2018. - 768 с.

## **7. СОСТАВИТЕЛЬ ПРОГРАММЫ**

Составители программы: ПАВЛОВ АЛЕКСАНДР ЮРЬЕВИЧ