

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОСТОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

МЕДИКО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель образовательной
программы
_____ Квасов А.Р. /
подпись (Ф.И.О.)
«30» августа 2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ГИГИЕНА ПИТАНИЯ

Специальность 35.05.01 Медико-профилактическое дело

Форма обучения очная

Ростов-на-Дону
2023

I. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель освоения учебной дисциплины «Гигиена питания» – сформировать компетенции в оценке качества пищевых продуктов, характера и режима питания и их влияния на организм человека, а также в разработке гигиенических нормативов, санитарных требований и рекомендаций по изготовлению, хранению и применению продуктов питания, рационализации структуры и режимов питания, направленных на охрану и укрепление здоровья населения.

Задачами дисциплины «Гигиена питания» являются:

- приобретение обучающимися знаний о современных концептуальных подходах в области гигиены питания как одного из разделов гигиены;
- формирование у обучающихся умений и навыков в комплексной гигиенической оценке различных пищевых продуктов и готовых блюд, рационов, режимов и систем питания;
- освоение действующих законодательных и нормативных документов по гигиене питания, формирование знаний об организации, планировании и осуществлении основных видов деятельности в подразделениях Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека в сфере организации питания на потребительском рынке и в деятельности ЛПУ, а также в организованных коллективах различных групп населения;
- освоение методов изучения и анализа причинно-следственных взаимосвязей между фактором питания и состоянием здоровья, уровнем физического развития и показателями работоспособности различных групп населения;
- овладение методами проведения санитарно-просветительской работы и гигиенического воспитания среди различных групп населения с целью формирования медицинских знаний о рациональном и сбалансированном питании как неотъемлемой части здорового образа жизни.

II. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и ОП ВО по данной специальности:

профессиональных (ПК): ПК-1, ПК-2, ПК-6.

III. МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОП ВО

3.1. Дисциплина «Гигиена питания» относится к обязательной части образовательного процесса.

IV. СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ
Трудоемкость дисциплины в зет 10 , в часах - 360.

4.1. Разделы дисциплины, изучаемые в 10, 11 и 12 семестрах

№ раздела	Наименование раздела	Количество часов					
		Всего	Контактная работа				СРС
			Л	С	ПР	ЛР	
Семестр 10							
1	Питание здорового человека, влияние питания на здоровье и трудоспособность населения. Алиментарная профилактика заболеваний (пищевых отравлений)	74	16	-	32	-	26
2	Медико-биологические показатели качества пищевых продуктов; санитарно-гигиенический контроль за пищевой ценностью и безопасностью продуктов питания.	34	-		16		18
	Форма промежуточной аттестации (зачёт/зачёт с оценкой/экзамен)		Зачет				
	Всего	108	16	-	48	-	44
Семестр 11							
2	Медико-биологические показатели качества пищевых продуктов; санитарно-гигиенический контроль за пищевой ценностью и безопасностью продуктов питания.	12	6		-		6
3	Организация и правовые основы государственного санитарного надзора по разделу гигиена питания	30	4		16		10
4	Лечебно-профилактическое и лечебное питание. Формирование гигиенических и медицинских знаний о здоровом питании среди различных групп населения	30	2		16		12
	Форма промежуточной аттестации (зачёт/зачёт с оценкой/экзамен)	36	Экзамен				
	Всего	72	12	-	32	-	28
	Итого:	216	28	-	80	-	72

СРС - самостоятельная работа обучающихся

Л - лекции

С – семинары (в соответствии с РУП)

ЛР – лабораторные работы (в соответствии с РУП)

ПР – практические занятия (в соответствии с РУП, в них включены клинические

практические занятия)

4.2. Контактная работа

Лекции

№ раздела	№ лекции	Темы лекций	Кол-во часов
Семестр 10			
1	1.	Гигиена питания как наука и область практической деятельности. Основные этапы и пути развития гигиены	2
	2.	Рациональное питание и основные гигиенические требования к его организации. Гигиенические принципы организации питания взрослого трудоспособного населения	2
	3.	Гигиенические аспекты повышения белковой полноценности питания	2
	4.	Гигиенические вопросы потребности в жирах и липоидах	2
	5.	Гигиеническое значение углеводов в питании	2
	6.	Физиологическая роль витаминов в питании современного человека Роль минеральных элементов в жизнедеятельности организма. Гигиеническая характеристика пищевых добавок.	2
	7.	Современное состояние учения о пищевых отравлениях Пищевые отравления микробной природы и их профилактика	2
	8.	Пищевые отравления немикробной природы и их профилактика	2
Итого по семестру часов			16
Семестр 11			
2	9.	Пищевая и биологическая ценность продуктов растительного происхождения	2
	10.	Пищевая и биологическая ценность продуктов животного происхождения (молока, мяса, рыбы, яиц).	2
	11.	Гигиеническая оценка методов консервирования пищевых продуктов	2
3	12.	Санитарная охрана продуктов питания. Контаминанты (загрязнители пищевых продуктов, пестициды, минеральные удобрения, соли тяжелых металлов)	2
	13.	Современные проблемы в обеспечении населения полноценными, безвредными и безопасными продуктами питания. Применение технологий генной модификации в производстве продуктов питания как гигиеническая проблема.	2
4	14.	Питание в профилактической медицине (первичная и вторичная алиментарная профилактика неинфекционных заболеваний). Гигиенические требования к организации лечебного питания в больничных учреждениях и санаториях	2
Итого по семестру часов			12
Итого по дисциплине часов			28

Практические занятия

№ раздела	№ ПР	Темы практических работ	Кол-во часов	Формы текущего контроля
Семестр 10				
1	1	Гигиенические требования к построению рационального питания и методы определения потребности организма в энергии и пищевых веществах	4	Опрос
	2	Подсчет суточных энергозатрат индивида	4	Тестирование
	3	Подсчет питательной ценности суточного рациона	4	Тестирование
	4	Методика проведения медицинского обследования и составление заключения по пищевому статусу	4	Тестирование
	5	Определение понятия «пищевые отравления». Классификация пищевых отравлений.	4	Тестирование
	6	Изучение схемы расследования, учета и ликвидации вспышки пищевого отравления	4	Опрос
	7	Методика составления акта расследования пищевого отравления, изучение санитарно-эпидемиологического режима предприятия	4	Тестирование
	8	Разработка профилактических и санитарно-противоэпидемических мероприятий по профилактике пищевых отравлений.	4	Опрос
2	9	Гигиеническая экспертиза качества пищевых продуктов (вводное занятие). Методы отбора проб пищевых продуктов и готовых блюд для лабораторных исследований	4	Тестирование
	10	Гигиеническая экспертиза основных продуктов питания растительного и животного происхождения	4	Тестирование
	11	Методика анализа результатов лабораторных исследований пищевых продуктов и готовых блюд и составление заключений.	4	Тестирование
	12	Рубежный контроль	4	Тестирование, решение ситуационных задач
Итого по семестру часов			48	
Семестр 11				
3	13	Задачи предупредительного санитарного надзора. Классификация пищевых предприятий (предприятия пищевой промышленности, общественного питания и предприятия торговли пищевыми продуктами).	4	Тестирование
	14	Методика санитарно-гигиенической экспертизы проекта предприятия пищевой промышленности, общественного питания и предприятия торговли пищевыми продуктами.	4	Тестирование

	15	Методика санитарно-гигиенического обследования колбасного завода и молочного завода.	4	Тестирование
	16	Организация текущего санитарно-эпидемиологического надзора за предприятиями общественного питания. Методика санитарно-гигиенического обследования пищеблока.	4	Тестирование
4	17	Лечебное питание при различных заболеваниях	4	Тестирование
	18.	Лечебно-профилактическое питание на предприятиях с особо вредными и вредными условиями труда	4	Тестирование
	19	Реферативные сообщения об актуальных проблемах гигиены питания	4	Опрос, собеседование
	20	Рубежный контроль	4	Тестирование, решение ситуационных задач
Итого по семестру часов			32	
Итого по дисциплине часов			80	

4.3. Самостоятельная работа обучающихся

№ раздела	Вид самостоятельной работы обучающихся	Кол-во часов	Формы текущего контроля
Семестр 10			
1	Подготовка к занятию, подготовка к текущему и рубежному контролю	26	Тестирование, опрос
2	Подготовка к занятию, подготовка к текущему и рубежному контролю	18	Тестирование, опрос
Итого по семестру часов		44	
Семестр 11			
2	Подготовка к занятию, подготовка к текущему контролю	6	Тестирование, опрос
3	Подготовка к занятию, подготовка к текущему контролю	10	Тестирование, опрос
4	Подготовка к занятию, подготовка к текущему контролю	12	Тестирование, опрос
Итого по семестру часов		28	
Итого по дисциплине часов		72	

V. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Фонд оценочных средств для определения уровня сформированности

компетенций в результате освоения дисциплины является приложением к рабочей программе.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Печатные издания

1. Королев, А. А. Гигиена питания / А. А. Королев. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 576 с. - ISBN 978-5-9704-6256-0. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970462560.html>. - Режим доступа : по подписке.
2. Королев, А. А. Гигиена питания. Руководство к практическим занятиям : учебное пособие / А. А. Королев, Е. И. Никитенко. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2024. - 248 с. - ISBN 978-5-9704-8180-6, DOI: 10.33029/9704-8180-6-FHP-2024-1-248. - Электронная версия доступна на сайте ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970481806.html>. - Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный
3. Бацукова, Н. Л. Гигиена питания. Лабораторный практикум по гигиенической экспертизе пищевых продуктов : учеб. пособие / Н. Л. Бацукова, Я. Л. Мархоцкий - Минск : Выш. шк., 2016. - 207 с. - ISBN 978-985-06-2642-4. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9789850626424.html>. - Режим доступа : по подписке.
4. Тель Л.З., Нутрициология [Электронный ресурс] / Л.З. Тель [и др.] - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 544 с. - ISBN 978-5-4235-0255-3 - Режим доступа: <http://www.studmedlib.ru/book/ISBN9785423502553.html>
5. Мельниченко П.И., Социально-гигиенический мониторинг [Электронный ресурс] / П.И. Мельниченко, В.И. Попов, Ю.И. Стёпкин - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 144 с. - ISBN 978-5-9704-4150-3 - Режим доступа: <http://www.studmedlib.ru/book/ISBN9785970441503.html>
6. Квасов А.Р. Гигиена питания: учеб. пособие для студентов, осваивающих основную образовательную программу по специальности "Медико-профилактическое дело"/ А.Р. Квасов, В.А. Дашкевич; Рост. гос. мед. ун-т, каф. гигиены. – Ростов н/Д: Изд-во РостГМУ, 2015. - 55 с.

6.2. Перечень интернет-ресурсов на 2023-2024 учебный год

	ЭЛЕКТОРОННЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ +	Доступ к ресурсу
	Электронная библиотека РостГМУ. – URL: http://109.195.230.156:9080/opac/	Доступ неограничен
	Консультант студента [Комплекты: «Медицина. Здравоохранение. ВО»; «Медицина. Здравоохранение. СПО»; «Психологические науки»] : Электронная библиотечная система. – Москва : ООО	Доступ неограничен

	«Политехресурс». - URL: https://www.studentlibrary.ru + возможности для инклюзивного образования	
	Консультант врача. Электронная медицинская библиотека : Электронная библиотечная система. – Москва : ООО «Высшая школа организации и управления здравоохранением. Комплексный медицинский консалтинг». - URL: http://www.rosmedlib.ru + возможности для инклюзивного образования	Доступ неограничен
	Научная электронная библиотека eLIBRARY. - URL: http://elibrary.ru	Открытый доступ
	Национальная электронная библиотека. - URL: http://нэб.пф/	Доступ с компьютеров библиотеки
	Sage Publication : [полнотекстовая коллекция электронных книг eBook Collections]. – URL: https://sk.sagepub.com/books/discipline по IP-адресам РостГМУ (<i>Нацпроект</i>)	Бессрочная подписка
	Российское образование. Единое окно доступа : федеральный портал. - URL: http://www.edu.ru/ . – Новая образовательная среда.	Открытый доступ
	Федеральный центр электронных образовательных ресурсов. - URL: http://srtv.fcior.edu.ru/	Открытый доступ
	Электронная библиотека Российского фонда фундаментальных исследований (РФФИ). - URL: http://www.rfbr.ru/rffi/ru/library	Открытый доступ
	Федеральная электронная медицинская библиотека Минздрава России. - URL: https://femb.ru/femb/	Открытый доступ
	Вебмединфо.ру : сайт [открытый информационно-образовательный медицинский ресурс]. – Москва. - URL: https://webmedinfo.ru/	Открытый доступ
	Univadis from Medscape : международ. мед. портал. - URL: https://www.univadis.com/ [Регулярно обновляемая база уникальных информационных и образовательных медицинских ресурсов].	Бесплатная регистрация
	Med-Edu.ru : медицинский образовательный видеопортал. - URL: http://www.med-edu.ru/ . Бесплатная регистрация.	Открытый доступ
	Мир врача: профессиональный портал [информационный ресурс для врачей и студентов]. - URL: https://mirvracha.ru .	Бесплатная регистрация
	МЕДВЕСТНИК : портал российского врача [библиотека, база знаний]. - URL: https://medvestnik.ru	Открытый доступ
	PubMed : электронная поисковая система [по биомедицинским исследованиям Национального центра биотехнологической информации (NCBI, США)]. - URL: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/	Открытый доступ
	Cyberleninka Open Science Hub : открытая научная электронная библиотека публикаций на иностранных языках. – URL: https://cyberleninka.org/	Контент открытого доступа
	Научное наследие России : электронная библиотека / МСЦ РАН. - URL: http://www.e-heritage.ru/	Открытый доступ
	Президентская библиотека : сайт. - URL: https://www.prilib.ru/collections	Открытый доступ
	SAGE Openaccess : ресурсы открытого доступа / Sage Publications. – URL: https://uk.sagepub.com/en-gb/eur/open-access-at-sage	Контент открытого доступа
	EBSCO & Open Access : ресурсы открытого доступа. – URL: https://www.ebsco.com/open-access	Контент открытого доступа

	Архив научных журналов / НП НЭИКОН. - URL: https://arch.neicon.ru/xmlui/	Открытый доступ
	Русский врач : сайт [новости для врачей и архив мед. журналов] / ИД «Русский врач». - URL: https://rusvrach.ru/	Открытый доступ
	Эко-Вектор : портал научных журналов / IT-платформа российской ГК «ЭКО-Вектор». - URL: http://journals.eco-vector.com/	Открытый доступ
	Медлайн.Ру : научный биомедицинский журнал : сетевое электронное издание. - URL: http://www.medline.ru	Открытый доступ
	Медицинский Вестник Юга России : электрон. журнал / РостГМУ. - URL: http://www.medicalherald.ru/jour	Открытый доступ
	ФБУЗ «Информационно-методический центр» Роспотребнадзора : офиц. сайт. – URL: https://www.crc.ru	Открытый доступ
	Министерство здравоохранения Российской Федерации : офиц. сайт. - URL: https://minzdrav.gov.ru	Открытый доступ
	Федеральная служба по надзору в сфере здравоохранения : офиц. сайт. - URL: https://roszdravnadzor.gov.ru/	Открытый доступ
	Всемирная организация здравоохранения : офиц. сайт. - URL: http://who.int/ru/	Открытый доступ
	Министерство науки и высшего образования Российской Федерации : офиц. сайт. - URL: http://minobrnauki.gov.ru/ (поисковая система Яндекс)	Открытый доступ
	Современные проблемы науки и образования : электрон. журнал. Сетевое издание. - URL: http://www.science-education.ru/ru/issue/index	Открытый доступ
	Словари и энциклопедии на Академике. - URL: http://dic.academic.ru/	Открытый доступ
	Официальный интернет-портал правовой информации. - URL: http://pravo.gov.ru/	Открытый доступ
	Другие открытые ресурсы вы можете найти по адресу: http://rostgmu.ru → Библиотека → Электронный каталог → Открытые ресурсы интернет → далее по ключевому слову...	

6.5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

•Планирование и организация времени, необходимого для изучения дисциплины.

Важным условием успешного освоения дисциплины является создание системы правильной организации труда, позволяющей распределить учебную нагрузку равномерно в соответствии с графиком образовательного процесса. Большую помощь в этом может оказать составление плана работы. Его наличие позволит подчинить свободное время целям учебы, трудиться более успешно и эффективно. С вечера всегда надо распределять работу на завтрашний день. В конце каждого дня целесообразно подвести итог работы: тщательно проверить, все ли выполнено по намеченному плану, не было ли каких-либо отступлений, а если были, то по какой причине они произошли. Самоконтроль является необходимым условием успешной учебы, поэтому, если что-то осталось невыполненным, необходимо изыскать время для завершения этой части

работы. Все задания к практическим занятиям, а также задания, вынесенные на самостоятельную работу, рекомендуется выполнять непосредственно после соответствующей темы лекционного курса, что способствует лучшему усвоению материала, позволяет своевременно выявить и устранить «пробелы» в знаниях, систематизировать ранее пройденный материал, на его основе приступить к овладению новыми знаниями и навыками.

•Подготовка к лекциям.

Знакомство с дисциплиной происходит уже на первой лекции, где от студента требуется не просто внимание, но и самостоятельное оформление конспекта. При работе с конспектом лекций необходимо учитывать тот фактор, что одни лекции дают ответы на конкретные вопросы темы, другие – лишь выявляют взаимосвязи между явлениями, помогая студенту понять глубинные процессы развития изучаемого предмета как в истории, так и в настоящее время.

Конспектирование лекций – сложный вид вузовской аудиторной работы, предполагающий интенсивную умственную деятельность студента. Конспект является полезным тогда, когда записано самое существенное и сделано это самим обучающимся. Не надо стремиться записать дословно всю лекцию. Такое «конспектирование» приносит больше вреда, чем пользы. Целесообразно вначале понять основную мысль, излагаемую лектором, а затем записать ее. Желательно запись осуществлять на одной странице листа или оставляя поля, на которых позднее, при самостоятельной работе с конспектом, можно сделать дополнительные записи, отметить непонятные места.

Конспект лекции лучше подразделять на пункты, соблюдая красную строку. Этому в большой степени будут способствовать вопросы плана лекции, предложенные преподавателям. Следует обращать внимание на акценты, выводы, которые делает лектор, отмечая наиболее важные моменты в лекционном материале замечаниями «важно», «хорошо запомнить» и т.п., подчеркивая термины и определения с помощью разноцветных маркеров или ручек,

Целесообразно разработать собственную систему сокращений, аббревиатур и символов. Однако при дальнейшей работе с конспектом символы лучше заменить обычными словами для быстрого зрительного восприятия текста.

Работая над конспектом лекций, всегда необходимо использовать не только учебник, но и ту литературу, которую дополнительно рекомендовал лектор. Именно такая серьезная, кропотливая работа с лекционным материалом позволит глубоко овладеть теоретическим материалом.

•Подготовка к практическим занятиям.

Подготовку к каждому практическому занятию студент должен начать с ознакомления с планом практического занятия, который отражает содержание предложенной темы. Тщательное продумывание и изучение вопросов плана основывается на проработке текущего материала лекции, а затем изучения обязательной и дополнительной литературы, рекомендованной к данной теме. Все новые понятия по изучаемой теме необходимо выучить наизусть и внести в глоссарий, который целесообразно вести с самого начала изучения курса.

Результат такой работы должен проявиться в способности студента свободно ответить на теоретические вопросы практикума, его выступлении и участии в

коллективном обсуждении вопросов изучаемой темы, правильном выполнении практических заданий и контрольных работ.

В процессе подготовки к практическим занятиям студентам необходимо обратить особое внимание на самостоятельное изучение рекомендованной литературы. При всей полноте конспектирования лекции в ней невозможно изложить весь материал из-за лимита аудиторных часов. Поэтому самостоятельная работа с учебниками и пособиями, научной, справочной литературой, материалами периодических изданий и Интернета является наиболее эффективным методом получения дополнительных знаний, позволяет значительно активизировать процесс овладения информацией, способствует более глубокому усвоению материала и формированию у студентов собственного отношения к проблеме.

•Рекомендации по работе с литературой.

Работу с литературой целесообразно начать с изучения общих работ по теме, а также учебников и учебных пособий. Далее рекомендуется перейти к анализу монографий и статей, рассматривающих отдельные аспекты проблем, изучаемых в рамках курса, а также официальных материалов и неопубликованных документов (научно-исследовательские работы, диссертации), в которых могут содержаться основные вопросы изучаемой проблемы.

Работу с источниками надо начинать с ознакомительного чтения, т.е. просмотреть текст, выделяя его структурные единицы. При ознакомительном чтении закладками отмечаются те страницы, которые требуют более внимательного изучения.

В зависимости от результатов ознакомительного чтения выбирается дальнейший способ работы с источником. Если для разрешения поставленной задачи требуется изучение некоторых фрагментов текста, то используется метод выборочного чтения. Если в книге нет подробного оглавления, следует обратить внимание ученика на предметные и именные указатели.

Избранные фрагменты или весь текст (если он целиком имеет отношение к теме) требуют вдумчивого, неторопливого чтения с «мысленной проработкой» материала. Такое чтение предполагает выделение: 1) главного в тексте; 2) основных аргументов; 3) выводов. Особое внимание следует обратить на то, вытекает тезис из аргументов или нет.

Необходимо также проанализировать, какие из утверждений автора носят проблематичный, гипотетический характер и уловить скрытые вопросы.

Понятно, что умение таким образом работать с текстом приходит далеко не сразу. Наилучший способ научиться выделять главное в тексте, улавливать проблематичный характер утверждений, давать оценку авторской позиции – это сравнительное чтение, в ходе которого студент знакомится с различными мнениями по одному и тому же вопросу, сравнивает весомость и доказательность аргументов сторон и делает вывод о наибольшей убедительности той или иной позиции.

Если в литературе встречаются разные точки зрения по тому или иному вопросу из-за сложности прошедших событий и правовых явлений, нельзя их отвергать, не разобравшись. При наличии расхождений между авторами

необходимо найти рациональное зерно у каждого из них, что позволит глубже усвоить предмет изучения и более критично оценивать изучаемые вопросы. Знакомясь с особыми позициями авторов, нужно определять их схожие суждения, аргументы, выводы, а затем сравнивать их между собой и применять из них ту, которая более убедительна.

Следующим этапом работы с литературными источниками является создание конспектов, фиксирующих основные тезисы и аргументы. Можно делать записи на отдельных листах, которые потом легко систематизировать по отдельным темам изучаемого курса. Другой способ – это ведение тематических тетрадей-конспектов по одной какой-либо теме. Большие специальные работы монографического характера целесообразно конспектировать в отдельных тетрадях. Здесь важно вспомнить, что конспекты пишутся на одной стороне листа, с полями и достаточным для исправления и ремарок межстрочным расстоянием (эти правила соблюдаются для удобства редактирования). Если в конспектах приводятся цитаты, то непременно должно быть дано указание на источник (автор, название, выходные данные, № страницы). Впоследствии эта информация может быть использована при написании текста реферата или другого задания.

Таким образом, при работе с источниками и литературой важно уметь:

- сопоставлять, сравнивать, классифицировать, группировать, систематизировать информацию в соответствии с определенной учебной задачей;
- обобщать полученную информацию, оценивать прослушанное и прочитанное;
- фиксировать основное содержание сообщений; формулировать, устно и письменно, основную идею сообщения; составлять план, формулировать тезисы;
- готовить и презентовать развернутые сообщения типа доклада;
- работать в разных режимах (индивидуально, в паре, в группе), взаимодействуя друг с другом;
- пользоваться реферативными и справочными материалами;
- контролировать свои действия и действия своих товарищей, объективно оценивать свои действия;
- обращаться за помощью, дополнительными разъяснениями к преподавателю, другим студентам.
- пользоваться лингвистической или контекстуальной догадкой, словарями различного характера, различного рода подсказками, опорами в тексте (ключевые слова, структура текста, предваряющая информация и др.);
- использовать при говорении и письме перифраз, синонимичные средства, слова-описания общих понятий, разъяснения, примеры, толкования, «словотворчество»;
- повторять или перефразировать реплику собеседника в подтверждении понимания его высказывания или вопроса;
- обратиться за помощью к собеседнику (уточнить вопрос, переспросить и др.);
- использовать мимику, жесты (вообще и в тех случаях, когда языковых средств не хватает для выражения тех или иных коммуникативных намерений).

•Подготовка к промежуточной аттестации.

При подготовке к промежуточной аттестации целесообразно:

- внимательно изучить перечень вопросов и определить, в каких источниках находятся сведения, необходимые для ответа на них;
- внимательно прочитать рекомендованную литературу;
- составить краткие конспекты ответов (планы ответов).