

орфографических, пунктуационных и других языковых заданий (поиск и исправление ошибок, решение тестовых заданий, анализ текста и др.) Успешное овладение курсом «Русский язык» является необходимым условием создания теоретического фундамента знаний абитуриента, способствующего успешной сдаче централизованного тестирования по русскому языку.

Использование ЭУМК «Русский язык» требует постоянного обращения к информационным ресурсам УО «Гродненский государственный аграрный университет»: к сайту университета, к информационным ресурсам библиотеки университета. В процессе работы с ними наши слушатели приобретают навык использования информации, полученной на сайте университета, к примеру, актуальные новости о проводимых в университете мероприятиях, в том числе и профориентационных. Опираясь на результаты анализа проведения репетиционного тестирования, мы можем утверждать, что практически все слушатели, обучающиеся на факультете довузовской подготовки и профориентационной работы, проходят РТ именно в нашем университете, адекватно располагая всеми данными по срокам проведения, правилам регистрации, оплаты и т.д. В большинстве случаев информацию они получают именно на сайте университета и в процессе консультаций у преподавателей.

УДК 378 + 577.1

### **ЭЛЕКТРОННЫЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ РЕСУРС «БИОХИМИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ СТРЕССА»**

**С.М. Липская, В.И. Резяпкин**

УО «Гродненский государственный университет им. Я. Купалы»  
(Республика Беларусь, 230023, г. Гродно, ул. Ожешко, 22; e-mail:  
grsu@grsu.by)

Аннотация: Электронный образовательный ресурс «Биохимические основы стресса» предназначен для организации образовательного процесса в рамках дисциплины «Биохимия». В ресурсе приведена информация о месте и роли стресса в нашей жизни механизмах его возникновения, фазах развития общего адаптационного синдрома, о системе гипоталамус – гипофиз – кора надпочечников.

Ключевые слова: электронный образовательный ресурс, стресс, общий адаптационный синдром.

## **ELECTRONIC EDUCATIONAL RESOURCE «BIOCHEMICAL FOUNDATIONS OF STRESS»**

**S.M. Lipskaya, V.I. Rezyapkin**

EI «Yanka Kupala State University of Grodno» (Belarus, Grodno, 230023, 22 Ozheshko st.; e-mail: grsu@grsu.by)

**Summary.** The electronic educational resource "Biochemical foundations of stress" is intended for the organization of the educational process in the discipline "Biochemistry". The resource provides information on the place and role of stress in our life, mechanisms of its occurrence, the phases of development of the general adaptation syndrome, the hypothalamus - pituitary - adrenal cortex system.

**Key words:** electronic educational resource, stress, general adaptation syndrome.

В настоящее время мировое сообщество идет по пути научно-технического прогресса. В сложившихся условиях дальнейшее развитие образования не возможно без широкомасштабного использования и совершенствования информационно-коммуникационных технологий в процессе обучения. Создание электронных образовательных ресурсов, позволяющих управлять самостоятельной работой обучающихся, является одним из главных направлений информатизации всех уровней и форм белорусского образования. Вопросы разработки и использования современного электронного образовательного контента, его внедрение в учебный процесс является в настоящий момент актуальной и востребованной.

Электронный информационно-образовательный ресурс «Биохимические основы стресса» предназначен для управляемой самостоятельной работы обучающимися при прохождении соответствующих тем по биохимии.

Для создания ресурса была использована программа Microsoft PowerPoint. Для лучшего восприятия всего образовательного ресурса в целом, во время его подготовки использовался удобный для чтения шрифт, краткие фразы и предложения, текст был дополнен соответствующими графиками, схемами, таблицами и иллюстрациями. Все слайды презентации построены по общему принципу.

Электронная разработка включает следующие разделы: «Введение», «Стресс, его место и роль в нашей жизни», «Динамическая природа стресса», «Общий адаптационный синдром», «Система гипоталамус-гипофиз-кора надпочечников».

В разделе «Введение» приводится определение понятия «стресс», называются гормоны, выделяющиеся в стрессовых ситуациях. Раздел «Стресс, его место и роль в нашей жизни» содержит информацию об объективных причинах стресса, рассматривается понятие «стрессор», группы стрессоров, физиологические признаки стресса. В разделе «Динамическая природа стресса» освещаются основные механизмы ответа на действие стрессора (нейрогенные, нейроэндокринные и эндокринные), рассматривается значение лимбической системы в реализации этих механизмов. В разделе «Общий адаптационный синдром» даётся определение рассматриваемому синдрому, описываются фазы его развития. Раздел «Система гипоталамус-гипофиз-кора надпочечников» содержит подробный анализ действия гормонов стресса, вырабатываемых гипоталамусом, гипофизом и корковым веществом надпочечников. Заканчивается модуль списком литературы. Теоретический материал ресурса детально отобран из учебных и научных источников, которыми дополнительно могут воспользоваться обучающиеся во время самоподготовки по данной теме [1-9].

Данный электронный информационно-образовательный ресурс повышает информативность, наглядность, привлекательность учебного материала, обеспечивают формирование законченного представления о нём.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Араkelов, Г.Г. Стресс и его механизмы / Г.Г. Араkelов // Вестник Московского ун-та. Сер.14. Психология. – 1995. – №4. – С. 54-62.
2. Заводская, И.С. Фармакологический анализ механизмов стресса и его последствий / И.С. Заводская, Е.В. Морева. – М.: Медицина, 1976. – 214 с.
3. Лазарус, Р.С. Теория стресса и психофизиологические исследования/Р.С. Лазарус // Эмоциональных стресс. – Л., 1970. – 127 с.
4. Меерсон, Ф.З. Общий механизм адаптации и роль в нем стресс-реакции, основные стадии процесса // Физиология адаптивных процессов / Ф.З. Меерсон. – М., 1986. – С. 77–123.
5. Овсянников, В.Г. Общая патология (патологическая физиология) / В.Г. Овсянников. – Ростов-на-Дону: Цветная печать, 1997. – С.132–147.
6. Панин, Л.Е. Биохимические механизмы стресса / Л.Е. Панин. – Новосибирск: Наука, 1982. – 233 с.
7. Селье, Г. Стресс без дистресса / Г. Селье. – М: Прогресс, 1979. – 123 с.
8. Симонов, П.В. Лимбические механизмы эмоционального стресса / П.В. Симонов // Эмоции и поведение: системный подход. – М., 1975. – С. 77–83.
9. Тодоров, И.Н. Стресс, старение и их биохимическая коррекция / И.Н. Тодоров, Г.И. Тодоров. – М.: Наука, 2003. – 479 с.