

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Павлов Валентин Николаевич
Должность: Ректор
Дата подписания: 12.01.2023 10:13:12
Уникальный программный ключ:
a562210a8a161d1bc9a34c4a0a3e820ac76b9d73665849e60d6b7e5a4e71dbee

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



УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной работе
_____ А. А. Цыглин
_____ мая _____ 2021 г.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВЬЯ (наименование дисциплины)

Разработчик	<u>Кафедра гигиены с курсом медико-профилактического дела ИДПО</u>
Специальность	<u>30.05.01 Медицинская биохимия</u>
Наименование ООП	<u>30.05.01 Медицинская биохимия</u>
ФГОС ВО	<u>Утвержден Приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от «13» августа 2020 г. № 998</u>

**Паспорт оценочных материалов по дисциплине
«Гигиенические основы формирования здоровья»**

№	Наименование пункта	Значение
1.	Специальность/направление подготовки	30.05.01 Медицинская биохимия
2.	Наименование дисциплины	Гигиенические основы формирования здоровья
3.	Для оценки «отлично» не менее	91%
4.	Для оценки «хорошо» не менее	81%
5.	Для оценки «удовлетворительно» не менее	71%
6.	Время тестирования (в минутах)	90 минут

Код контролируемой компетенции

ОПК-1. Способен использовать и применять фундаментальные и прикладные медицинские, естественнонаучные знания для постановки и решения стандартных и инновационных задач профессиональной деятельности.

На закрытый вопрос рекомендованное время – 2 мин.

На открытое задание рекомендованное время – 10 мин.

№	Вопросы	Правильные ответы
Выберите один правильный ответ		
1.	ЗАДАЧЕЙ ЦЕНТРОВ ЗДОРОВЬЯ ЯВЛЯЕТСЯ: А. формирование здорового образа жизни, то есть осуществление комплекса мероприятий, направленных на сохранение здоровья; Б. оптимизация физического развития человека, всестороннего совершенствования физических качеств В. воспитание эстетических, волевых и нравственных качеств. Г. развитие двигательных качеств.	А
2.	ЦЕНТР ОКАЗЫВАЕТ МЕДИЦИНСКИЕ УСЛУГИ СЛЕДУЮЩИМ контингентам граждан: А. направленным ЛПУ по месту прикрепления Б. психически нездоровым людям В. только детям до 18 Г. только людям пенсионного возраста.	А
3.	ИНДЕКС МАССЫ ТЕЛА ХАРАКТЕРИЗУЕТ: А. состояние питания Б. дыхательный объем легких и их резервные возможности В. развитие костной системы человека Г. ее объем, развитие грудных и спинных мышц, функциональное состояние органов грудной клетки.	А
4.	ОКРУЖНОСТЬ ГРУДНОЙ КЛЕТКИ ХАРАКТЕРИЗУЕТ: А. состояние питания Б. дыхательный объем легких и их резервные возможности В. развитие костной системы человека Г. ее объем, развитие грудных и спинных мышц, функциональное состояние органов грудной клетки.	Г
5.	ХИРУРГИЧЕСКОЕ ЛЕЧЕНИЕ ОЖИРЕНИЯ ПРИМЕНЯЮТ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ С ИМТ: А. 30 кг/м ² и выше Б. 40 кг/м ² и выше В. 50 кг/м ² и выше Г. 60 кг/м ² и выше.	Б
6.	ЗА СОХРАНЕНИЕ ЭНЕРГИИ ОТВЕЧАЕТ: А. коричневая жировая ткань Б. красная жировая ткань В. белая жировая ткань Г. черная жировая ткань.	В
7.	ВЫСОКИЙ РИСК РАЗВИТИЯ МЕТАБОЛИЧЕСКИХ ОСЛОЖНЕНИЙ У МУЖЧИН ПОЯВЛЯЕТСЯ ПРИ ОКРУЖНОСТИ ТАЛИИ	Г

	А. менее 80 см Б. более 88 см В. менее 90 см Г. более 102 см.	
8.	ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ – ЭТО: А. занятия физической культурой; Б. перечень мероприятий, направленных на укрепление и сохранение здоровья; В. индивидуальная система поведения, направленная на сохранение и укрепление здоровья; Г. комплекс лечебно-оздоровительных мероприятий.	В
<i>Дополните</i>		
9.	Измерение жизненной емкости легких (ЖЕЛ) проводится с помощью _____.	спирометра
10.	Ожирение по женскому типу называется: _____.	гиноидное
11.	Наиболее частое заболевание, связанные с сосудосуживающим действием никотина: _____	инфаркт миокарда
12.	Пассивный курильщик, это человек: _____ _____	находящийся в одном помещении с курильщиком
13.	Скопление жира по гиноидному типу происходит преимущественно в _____	области бедер и ягодиц
14.	Коричневая жировая ткань обеспечивает: _____ _____	производство тепла, теплопродукция
15.	Одна из наиболее применяемых формул для расчёта нормального веса человека: _____ _____	индекс Кетле (ИМТ)
16.	Для мужчин характерно распределение жира по _____ типу.	андроидному
17.	Вид деятельности, которые имеют целью помочь отдельным лицам или супружеским парам избежать нежелательной беременности, произвести на свет желанных детей, регулировать интервалы между беременностями, контролировать выбор времени деторождения в зависимости от возраста родителей, определять число детей в семье называется (по определению ВОЗ): _____	планирование семьи
18.	Практическая деятельность, направленная на сохранение и улучшение здоровья народонаселения, воспитание здорового молодого поколения, высокой трудоспособности и продолжительной активной жизни, – это _____	профилактика
<i>Ответьте на вопрос</i>		
19.	Напишите определение физического развития.	Физическое развитие - это

		процесс изменения и совершенствования естественных морфологических и функциональных свойств организма человека в течение его жизни.
20.	Что называется ожирением?	Полиэтиологическое хроническое рецидивирующее заболевание, характеризующиеся избыточным отложением жировой ткани в организме.
21.	Начинающий курильщик быстро привыкает к веществу, содержащемуся в табаке. Признаками острого отравления им являются: головокружение, кашель, тошнота, горечь во рту, слабость, недомогание, бледность лица. О каком веществе идет речь?	Никотин
22.	Что такое закаливание?	Повышение устойчивости организма к неблагоприятным внешним воздействиям
23.	Как проявляется синдром хронической усталости (СХУ)?	Человек постоянно устает, быстро утомляется, его лихорадит, болят мышцы, постоянно хочется спать; наблюдаются также депрессия, апатия, рассеянность, нарушения памяти, сна, появление беспричинных страхов и усиленного беспокойства.

Код контролируемой компетенции

ПК – 13. Способен к выполнению фундаментальных научных биомедицинских исследований

На закрытый вопрос рекомендованное время – 2 мин.

На открытое задание рекомендованное время – 10 мин.

№	Вопросы	Правильные ответы
Выберите один правильный ответ		
24.	ВЛИЯНИЕ КУРЕНИЯ НА ОРГАНЫ ДЫХАНИЯ: А. хроническое заболевание плевры; Б. вызывает заболевание воздухоносных путей и предрасположение к туберкулезу легких; В. злокачественное перерождение тканей гортани и бронхов; Г. предрасположенность к дифтерии.	Б
25.	КАКАЯ МИНИМАЛЬНАЯ ДОЗА НИКОТИНА СЧИТАЕТСЯ СМЕРТЕЛЬНОЙ ДЛЯ ЧЕЛОВЕКА? А. 25-50 мг Б. 50-100 мг В. 100-150 мг Г. 150-200 мг.	Б
26.	ДЫХАТЕЛЬНЫЙ ОБЪЁМ (ДО) – ЭТО: А. объём воздуха, поступающий в лёгкие во время вдоха; Б. число дыхательных циклов, совершаемых обследуемым в течение минуты; В. максимальные объёмы, которые пациент может дополнительно вдохнуть или выдохнуть после спокойного вдоха или выдоха соответственно; Г. объём воздуха, остающийся в лёгких после полного выдоха.	А
27.	ФОРСИРОВАННАЯ ЖИЗНЕННАЯ ЁМКОСТЬ ЛЁГКИХ (ФЖЕЛ) - ЭТО: А. объём воздуха, поступающий в лёгкие во время вдоха; Б. объём воздуха, выдыхаемый при форсированном выдохе после максимального вдоха; В. максимальные объёмы, которые пациент может дополнительно вдохнуть или выдохнуть после спокойного вдоха или выдоха соответственно; Г. объём воздуха, остающийся в лёгких после полного выдоха.	Б
28.	КАКОЕ ХИМИЧЕСКОЕ ВЕЩЕСТВО ТАБАЧНОГО ДЫМА ОТНОСИТСЯ К 1- МУ КЛАССУ ОПАСНОСТИ: А. оксид азота Б. мышьяк В. сурьма Г. теллур.	Г
29.	РЕЖИМ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЧЕЛОВЕКА-ЭТО: А. регулярное занятие спортом; Б. отход ко сну и подъем в одно и тоже время каждый день; В. система поведения человека на работе и в быту; Г. установленный режим питания, труда и отдыха.	Г
30.	ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЕ ЗАТРАТЫ ПРИ НИЗКОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ СОСТАВЛЯЕТ: А. от 2,9 – 3,5 МЕТ/ мин. Б. от 1,1 – 3,5 МЕТ/мин. В. от 1,1 – 2,9 МЕТ/ мин. Г. нет энергозатрат.	В
31.	ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЕ ЗАТРАТЫ ПРИ УМЕРЕННОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ СОСТАВЛЯЕТ: А. от 6,9 – 8,5 МЕТ/ мин.	В

	Б. от 3,1 – 3,5 МЕТ/мин. В. от 3,0 – 5,9 МЕТ/ мин. Г. нет энергозатрат.	
32.	ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЕ ЗАТРАТЫ ПРИ ИНТЕНСИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ СОСТАВЛЯЕТ: А. от 6,0 – и более МЕТ/ мин. Б. от 9,1 – 13,5 МЕТ/мин. В. от 3,0 – 5,9 МЕТ/ мин. Г. нет энергозатрат.	А
<i>Дополните</i>		
33.	Число дыхательных циклов, совершаемых обследуемым в течение одной минуты называется: ____ _____	частота дыхания
34.	Продукты пчеловодства могут вызвать у некоторых людей _____	аллергическую реакцию
35.	Резервные объёмы вдоха и выдоха – это: _____.	максимальные объёмы, которые пациент может дополнительно вдохнуть или выдохнуть после спокойного вдоха или выдоха.
36.	Среди факторов, непосредственно влияющих на здоровье человека, 50–55% удельного веса приходится на: _____	образ жизни
37.	Отражает старение организма и его систем в среднем для популяции, дает стандартные средние вероятности смерти и ожидаемой продолжительности жизни (ОПЖ), объективный показатель, связанный чисто с физическим течением времени и выражаемый в абсолютных физических единицах времени: _____ _____	календарный возраст
38.	Уменьшение напряжения, расслабление называется _____	релаксация
39.	Понижение мышечных усилий, когда движения осуществляются, но при крайне малых нагрузках на мышечный аппарат называется _____	гиподинамия
40.	Активное динамическое наблюдение за больным – это _____	диспансеризация
41.	Плавание в ледяной воде как закаливающая процедура называется _____	моржевание
42.	Объем воздуха, поступающего за один вдох в легкие при спокойном выдохе, называется _____	дыхательный объем

43.	Проба с задержкой дыхания на высоте вдоха до и после физической нагрузки называется проба _____.	Штанге
44.	Состояние напряжения, возникающее у человека под влиянием сильных внешних воздействий, называется: _____.	стресс
Ответьте на вопрос		
45.	Перечислите отдалённые последствия табакокурения?	ишемическая болезнь сердца, рак лёгкого и других органов-мишеней (носоглотки, пищевода, поджелудочной железы, мочевого пузыря), хроническая обструктивная болезнь лёгких.
46.	По определению ВОЗ, планирование семьи — это?	совокупность социально-экономических, правовых, медицинских мероприятий, направленных на рождение желанных, здоровых детей, профилактику абортов, сохранение репродуктивного здоровья, достижения гармонии в браке.
47.	Что означает стрессоустойчивость ?	способность выдерживать определенные психофизические нагрузки и переносить стрессы без ущерба для организма и психики.

Код контролируемой компетенции

ПК – 14. Способен к выполнению прикладных и поисковых научных биомедицинских исследований и разработок.

На закрытый вопрос рекомендованное время – 2 мин.

На открытое задание рекомендованное время – 10 мин.

№	Вопросы	Правильны е ответы
Выберите один правильный ответ		
48.	<p>НАИБОЛЕЕ ПОДХОДЯЩИЙ УРОВЕНЬ ДЛЯ НАЧИНАЮЩИХ ЗАНИМАТЬСЯ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТЬЮ:</p> <p>А. интенсивная Б. высокая В. низкая Г. умеренная.</p>	Г
49.	<p>СРЕДНЯЯ ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ПРОВЕДЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ И СПОРТИВНЫХ ИГР С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА</p> <p>А. 10-20минут Б. 20-30 минут В. до 60 минут Г. 5-10 минут.</p>	А
50.	<p>ОПТИМАЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ ДЛЯ ОБУЧЕНИИ ДЕТЕЙ ПЛАВАНИЮ</p> <p>А. 3-5 лет Б. 5-7 лет В. до 10 лет Г. до 14 лет.</p>	А
51.	<p>ОСОБЕННО ЧУВСТВИТЕЛЬНЫ К ТЕПЛУ И ХОЛОДУ:</p> <p>А. спина Б. ступни ног В. живот Г. конечности.</p>	Б
52.	<p>ГИПОДИНАМИЯ-ЭТО:</p> <p>А. двигательная активность, направленная на решение проблем со здоровьем; Б. чрезмерная двигательная активность, приводящая к переутомлению человека; В. ограничение двигательной активности, обусловленное особенностями образа жизни; Г. двигательная активность, приносящая тяжелый вред здоровью человека.</p>	В
53.	<p>ЗАКАЛИВАНИЕ ЭТО:</p> <p>А. использование ежедневного циркулярного душа; Б. повышение устойчивости организма к факторам среды, путем систематического их воздействия на организм; В. ежегодное купание в ледяной реке, с целью выработать иммунитет к холоду; Г. попеременное посещение жаркой бани и обливание ледяной водой.</p>	Б
54.	<p>ЛЮДИ, У КОТОРЫХ ПЛОХОЕ САМОЧУВСТВИЕ ЗАВИСИТ ОТ ОПРЕДЕЛЕННЫХ ПОГОДНЫХ УСЛОВИЙ, НО ОНИ АБСОЛЮТНО ЗДОРОВЫ, ЭТО:</p> <p>А. истинно метеочувствительные</p>	А

	Б. клинически метеочувствительные В. псевдометеочувствительные Г. метеорезистентные.	
55.	ПОГОДА СЧИТАЕТСЯ НЕБЛАГОПРИЯТНОЙ ПРИ СКОРОСТИ ВЕТРА ПРЕВЫШАЮЩИЙ: А. 12-15м/с Б. 20-40м/с В. 5-7м/с Г. 10-11м/с.	А
<i>Дополните</i>		
56.	Степень скрытых возможностей субъекта оптимально включаться в новые или изменяющиеся условия окружающей его социальной среды, называется:	адаптационный потенциал
57.	В соответствии с состоянием здоровья, физическим развитием, уровнем физической подготовленности, все школьники распределяются на следующие медицинские группы:	- основная, - подготовительная, - специальная.
58.	Закаливание можно начинать с _____	первых дней после рождения
59.	Закаливание повышает: _____	работоспособность и выносливость организма
60.	Первой закаливающей процедурой для новорожденного ребенка является: _____	воздушные ванны
61.	Высокомолекулярные полимеры, состоящие из аминокислот, являющиеся жизненно необходимыми веществами для организма человека, называются: _____	белки
62.	Система взаимоотношений человека с самим собой и факторами внешней среды, называется _____ жизни.	образ
63.	Диагностика "третьего состояния", используемая в практике массовых профилактических обследований населения называется _____	донозологической
64.	Принцип повышения силы закаливающего воздействия и продолжительности закаливающих процедур называется _____	постепенность
65.	Биологический процесс становления и изменения естественных морфологических и функциональных свойств организма человека в течение его жизни называется _____	физическое развитие

66.	Измерение становой силы называется _____	динамометрия
67.	Нормальная _____ характеризуется умеренно выраженными физиологическими изгибами позвоночника и симметричным расположением всех частей тела.	осанка
Ответьте на вопрос		
68.	Назовите три стадии стресса по определению психолога Ганса Селье?	- стадия тревоги, - стадия резистентности, - стадия истощения.
69.	Какие белки являются полноценными?	Белки животного происхождения
70.	Назовите причины переутомления?	Неправильная организация труда и чрезмерная умственная нагрузка

ЗАДАЧИ

Код контролируемой компетенции

ОПК-1. Способен использовать и применять фундаментальные и прикладные медицинские, естественнонаучные знания для постановки и решения стандартных и инновационных задач профессиональной деятельности.

На открытое задание рекомендованное время – 10 мин.

№	Код контролируемой компетенции	Содержание задания	Правильные ответы
---	--------------------------------	--------------------	-------------------

1.	ОПК-1	<p>В центр здоровья обратилась семья с ребенком, имеющим избыток массы тела.</p> <p><i>Задание:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Какие специалисты могут проконсультировать ребенка в центре здоровья по данной проблеме? 2.Какие обследования могут быть проведены в центре здоровья данному ребенку? 3.Какие оздоровительные мероприятия могут быть проведены в центре здоровья? 4.Какие справочные материалы необходимо выдать семье? 5.Формы санитарно-гигиенического просвещения для данной семьи. 	<ol style="list-style-type: none"> 1.Педиатр, диетолог, врач ЛФК (Лечебная физическая культура), психолог. 2.Антропометрия, биоэмпедансометрия, ЭКГ, измерение сахара крови, липидный спектр крови. 3.Массаж, ЛФК, гидрокинезотерапия, диетотерапия, занятия с психологом. 4.График работы центра здоровья, направление на консультацию к врачу эндокринологу, дневник–ежедневник, калькулятор питания, таблицы калорийности продуктов. 5.Посещение школ здорового питания, брошюры, беседы, адреса медицинских сайтов.
2.	ОПК-1	<p>Специалиста Центра здоровья попросили провести занятие среди студентов 1 курса строительного колледжа.</p> <p><i>Задание:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Объяснить, что такое репродуктивное здоровье, его значение для сохранения и укрепления особенно в молодом возрасте. 2. Составить план мероприятий по профилактике нарушений репродуктивного здоровья. 	<p>Репродуктивное здоровье - это не только появление здорового потомства, но и качество его наследуемых признаков.</p> <p>Профилактика нарушений репродуктивного здоровья</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Обеспечение гражданам возможности получения достоверной информации о своем здоровье, методах его сохранения. 2. Санитарно -

		<p>гигиеническое воспитание населения: пропаганда здорового образа жизни, контрацепции, планирования беременности; антипропаганда аборт, вредных привычек.</p> <p>3. Планирование беременности в возрасте от 20 до 30 лет и тщательная подготовка будущих родителей к ней.</p> <p>4. Возможность планирования следующих беременностей, в том числе предупреждение нежелательной беременности.</p> <p>5. Ведение здорового образа жизни, в том числе отказ от вредных привычек.</p> <p>6. Обеспечение квалифицированной медицинской помощи во время беременности и родов, медицинского наблюдения за состоянием здоровья, обеспечение возможности диагностики заболеваний, их лечения, в том числе с использованием современных высокотехнологичных методов.</p> <p>7. Профилактика заболеваний передаваемых половым путем (безопасный секс с</p>
--	--	--

			<p>постоянным партнером).</p> <p>8. Своевременная вакцинация от детских инфекций.</p>
3.	ОПК-1	<p>Специалисту Центра здоровья нужно провести занятие с учащимися 11-классов по психопрофилактике стрессов в период подготовки к ЕГЭ.</p> <p>Задание</p> <p>1. Определите модули, позволяющие выстроить универсальную структуру занятий по психопрофилактике стрессов.</p> <p>2. Дайте им краткую характеристику.</p>	<p>1. Модули, позволяющие выстроить универсальную структуру занятий по психопрофилактике стрессов: мотивация, аутотренинг, психокоррекция.</p> <p>2. <i>Мотивация</i> – это способ быстрого достижения цели, основанный на психофизиологическом процессе, который направляет поведение человека, способствует его активности и работоспособности.</p> <p><i>Аутогенная тренировка</i> – психотерапевтическая методика, направленная на восстановление динамического равновесия гомеостаза, нарушенного в результате стресса.</p> <p><i>Психологическая коррекция</i> (психокоррекция) — деятельность, направленная на исправление особенностей психологического развития, не соответствующих оптимальной модели, с помощью специальных средств психологического воздействия; деятельность, направленная на</p>

			формирование у человека нужных психологических качеств для повышения его социализации и адаптации к изменяющимся жизненным условиям.
4.	ОПК-1	Оценить физическое развитие ребенка. Мальчик 8 лет 4 мес. 18 дней. Паспортный возраст 8 лет. Длина тела 121 см, масса тела - 24,5 кг, окружность грудной клетки 60 см, жизненная емкость легких 1700 мл, мышечная сила правой кисти 3 кг, мышечная сила левой кисти - 3 кг, систолическое артериальное давление 92 мм рт.ст, диастолическое артериальное давление 52 мм рт.ст., частота сердечных сокращений 106 уд/мин, толщина жировой складки (живот) 1,5 см, толщина жировой складки (плечо) 1 см.	Физическое развитие - низкое, дисгармоничное. Микросоматический соматотип. Функциональное состояние: жизненная емкость легких, мышечная сила удовлетворительные, тахикардия. Ребенок нуждается в консультации педиатра.
5.	ОПК-1	Оценить физическое развитие ребенка. Девочка 14 лет 1 мес. 2 дня. Паспортный возраст -14 лет. Длина тела 170 см- 7 ц.и. (высокая), масса тела 45 кг - 4 ц.и. (средняя), окружность грудной клетки 75 см - 4 ц.и. (средняя), жизненная емкость легких 2500 мл - 4 ц.и. (средняя), мышечная сила правой кисти 12 кг - 4 ц.и. (средняя), мышечная сила левой кисти 10 кг - 3 ц.и. (пониженная), систолическое артериальное давление 100 мм рт.ст. – 4 ц.и. (среднее), диастолическое артериальное давление 64 мм рт.ст. - 4 ц.и. (среднее), частота сердечных сокращений 76 уд/мин - 3 ц.и. (пониженная), толщина жировой складки (живот) 1,5 см - 3 ц.и. (пониженная), толщина жировой складки (плечо) 1 см – 2 ц.и. (низкая).	Физическое развитие - высокое, резко дисгармоничное. Макромезосоматический соматотип. Функциональное состояние: жизненная емкость легких и мышечная сила удовлетворительные, гемодинамические показатели в пределах возрастной нормы. Девочка нуждается в консультации педиатра.
6.	ОПК-1	Мария Ивановна, женщина 30 лет. Работает вахтером в общежитие. Страдает ожирением, при массе тела — 120 кг, ее рост 165 см. Любит выпечку, двигается мало. Живет на первом этаже, рядом с домом. После работы идет в магазин, и весь день смотрит сериалы по	1. Факторы риска у Марии Ивановны: систематическое переедание; гиподинамия; ожирение. 2. Индекс массы тела

		<p>телевизору, лежа на диване. И что-нибудь кушает при этом. Она не замужем. Родители умерли, живет одна. Работа, еда и телевизор — это вся её жизнь. Больной себя не считает.</p> <p><i>Задания:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Выявить факторы риска, имеющиеся у Марии Ивановны. 2. Определить ИМТ и объяснить его значение. 	<p>(ИМТ) рассчитывают по формуле: $ИМТ = В/Р^2$, где ИМТ — индекс массы тела, В — вес (кг), Р² — рост в квадрате (м²). $I = 120:165^2 = 120:2,7 = 44,4$ Индекс массы тела (ИМТ) должен быть не выше 25, а у Марии Ивановны более 44, что говорит об ожирении III степени.</p>
7.	ОПК-1	<p>На консультацию в центр здоровья обратилась женщина, 38 лет, домохозяйка. С целью быстрого снижения массы тела планирует использовать голодание. При осмотре рост 172 см вес 90 кг, окружность талии 84 см. Хронических заболеваний нет.</p> <p><i>Задания:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Определить индекс массы тела (ИМТ). 2. Оценить индекс массы тела (ИМТ), окружность талии (ОТ). 3. Можно ли данной пациентке рекомендовать голодание с целью снижения веса. 4. Назовите возможные отрицательные последствия полного голодания на организм человека. 5. Поставьте ориентировочные цели по снижению веса на ближайшие 6 месяцев. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Индекс массы тела (ИМТ) 30,4 кг/м². 2. Ожирение I степени, висцеральное. 3. Голодание не рекомендуется для лечения ожирения. 4. Полное голодание с употреблением минеральных вод признается недостаточно обоснованным в связи с доказанным отсутствием эффекта и опасностью развития осложнений (кетоацидоз, диспептические расстройства, коллапсы, срывы сердечного ритма, развития ишемии миокарда). 5. Пациентке желательно постепенное похудение на 5–9 кг в ближайшие 6 месяцев.
8.	ОПК-1	<p>В Центр здоровья обратилась женщина 38 лет для прохождения комплексного обследования. При обследовании: рост 162 см, вес 82 кг; питание нерегулярное,</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. ИМТ 31, ожирение I степени. 2. Имеются факторы риска развития ССЗ:

		<p>высококалорийное; двигательная активность невысокая: работает бухгалтером, спортом не занимается, отдых пассивный; АД - 150/80 мм. рт. ст.. У отца был инсульт, находится на инвалидности; у матери - сахарный диабет. Женщина не курит; алкоголь употребляет редко в умеренных количествах.</p> <p>Задание</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Рассчитайте ИМТ. 2. Укажите какие факторы риска развития ССЗ и других заболеваний имеются в образе жизни женщины. 3. Выделите управляемые и неуправляемые факторы риска. 	<p>ожирение, повышение АД, гиподинамия, не рациональное питание, наследственность: эндокринные и сосудистые заболевания у родителей. Высокая калорийность обусловлена преобладанием углеводов (сахаров) и жира. Управляемые факторы риска: ожирение, нарушение питания, гиподинамия. Неуправляемые - наследственные факторы.</p> <p>3. Данные факторы риска могут способствовать развитию эндокринных заболеваний (сахарный диабет), заболеваний ЖКТ, опорно-двигательного аппарата.</p>
9.	ОПК-1	<p>Мужчина 46 лет, программист, обратился в «Центр здоровья» для обследования с профилактической целью. Жалоб нет. Рост 176 см. Вес 76 кг. АД 134/ 82 мм.рт.ст. На ЭКГ — патологии нет. В связи с низкой физической активностью были рекомендованы умеренные физические нагрузки.</p> <p>Задания</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Оцените уровень артериального давления (АД). 2. Определите и оцените индекс массы тела (ИМТ). 3. Определите максимально допустимый пульс при физических нагрузках (напишите формулу расчета). 4. Какой процент от максимальной частоты сердечных сокращений (ЧСС) должен быть достигнут при умеренных 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Нормальное АД. 2. Индекс массы тела -24.54. Соответствует нормальной массе тела. 3. Формула расчета максимально допустимого пульса при нагрузках: $220 - \text{возраст}$. $220 - 46 = 174$. 4. 50-70%. 5. 87 (нижний порог) -121 (верхний порог). 6. 139 (нижний порог) - 165 (верхний порог).

		<p>физических нагрузках?</p> <p>5. Рассчитайте для пациента пульс при умеренной нагрузке. Рассчитайте частоту сердечных сокращений (ЧСС) при выполнении умеренных физических нагрузок.</p> <p>6. Рассчитайте пульс при интенсивных физических нагрузках.</p>	
10.	ОПК-1	<p>Мужчина 58 лет, экономист, обратился в «Центр здоровья» для обследования с профилактической целью. Жалоб нет. Рост 178 см. Вес 92 кг. АД 148/ 96 мм.рт.ст. На ЭКГ — патологии нет. В связи с низкой физической активностью были рекомендованы умеренные физические нагрузки.</p> <p>Задания</p> <p>Оцените уровень артериального давления (АД). Определите и оцените индекс массы тела (ИМТ). Определите максимально допустимый пульс (МЧСС) при физических нагрузках (напишите формулу расчета). Какой процент от максимальной частоты сердечных сокращений (ЧСС) должен быть достигнут при умеренных физических нагрузках? Рассчитайте для данного пациента пульс при умеренной физической нагрузке.</p>	<p>1. I степень артериальной гипертонии. 2. Индекс массы тела -29.04. Избыточная масса тела (предожирение). 3. Формула расчета максимально допустимого пульса при нагрузках: $220 - \text{возраст}$. $200 - 58 = 142$ 4. 50-70%. 5. 71 (нижний порог) -99 (верхний порог).</p>

Код контролируемой компетенции

ПК – 13. Способен к выполнению фундаментальных научных биомедицинских исследований

На открытое задание рекомендованное время – 10 мин.

№	Код контролируемой компетенции	Содержание задания	Правильные ответы
11.	ПК – 13	Оцените физическое состояние обследуемого в возрасте 38 лет, массой 80 кг, вычислив значение МПК, если величина PWC170 у него составила 1050 кгм/мин.	МПК - потребление кислорода на единицу массы тела. PWC 170 - абсолютное значение физической

			<p>работоспособности в кгм/мин. 37,8мл/мин/кг – среднее физическое состояние.</p>
12.	ПК – 13	<p>Возраст ребенка 10 дней. Мать обратилась за советом по вопросам закаливания. Задания В каком возрасте можно начинать закаливающие процедуры? Какая процедура является первой для новорожденного ребенка? Должен ли ребенок быть голодным перед закаливающей процедурой? Какая температура должна быть в помещении во время проведения закаливающей процедуры? Сколько раз в день должны проводиться закаливающие процедуры для новорожденного ребенка?</p>	<p>Закаливающие процедуры можно начинать с любого возраста. Первой закаливающей процедурой для новорожденного ребенка являются воздушные ванны. Перед закаливающей процедурой ребенок не должен быть голодным, так как все закаливающие процедуры должны проводиться на фоне положительных эмоций, необходимо учитывать настроение ребенка. Во время закаливающей процедуры температура воздуха в комнате для новорожденного ребенка должна быть 23°C. Зимой помещение проветривается 4–5 раз в день по 10–15 мин., а летом форточки можно держать постоянно открытыми. Проветривание с помощью форточки или фрамуги проводят в присутствии детей; температура воздуха снижается на 1–2°C, что является закаливающим фактором. Сквозное проветривание</p>

			желательно производить при отсутствии ребенка в комнате.
13.	ПК – 13	<p>Возраст ребенка 15 дней. Мать обратилась за советом по вопросам прогулок на свежем воздухе.</p> <p>Задания</p> <p>В каком возрасте можно гулять с ребенком?</p> <p>При какой температуре в зимнее время года можно гулять с ребенком?</p> <p>При какой температуре в летнее время года можно гулять с ребенком?</p> <p>Можно ли ребенку находиться под прямыми солнечными лучами?</p> <p>Длительность прогулок в летнее время года.</p>	<p>В летнее время новорожденных можно выносить на прогулку практически сразу после рождения, зимой гулять с ребёнком можно с 7-дневного возраста. В зимнее время года можно гулять с ребенком при температуре воздуха до -10 в безветренную погоду.</p> <p>В летнее время года можно гулять с ребенком при температуре воздуха не более 30 градусов.</p> <p>Под прямыми солнечными лучами ребенку находиться нельзя.</p> <p>Длительность прогулок в летнее время: в начале 20–40 мин, далее постепенно увеличивается время до 6–8 ч в день.</p>
14.	ПК – 13	<p>Иванов Дмитрий, 9 лет. За год, предшествующий обследованию, перенес ОРВИ, ветряную оспу, краснуху. При врачебном осмотре в настоящее время хронических и морфофункциональных отклонений не выявлено. Физическое и психическое развитие соответствует возрасту, гармоничное.</p> <p>Задания</p> <p>1. С учетом врачебного заключения разработайте практические рекомендации по закаливанию ребенка.</p> <p>2. Какие мероприятия необходимы для повышения иммунитета ребенка?</p>	<p>1. Мероприятия, направленные на закаливание организма ребенка:</p> <ul style="list-style-type: none"> - прогулки на свежем воздухе; - одежда по погоде; - солнечные ванны; - купание в открытых водоемах, бассейне; - обтирание рук до локтей, обливание ног с последующим

			<p>растиранием полотенцем; - хождение по дорожке здоровья. Все мероприятия проводит с постепенным снижением температуры воды. Лучше закаливающие мероприятия проводить летом постепенно переходя из сезона в сезон. 2. Мероприятия, необходимые для повышения иммунитета ребенка: - соблюдение режима питания; - обеспечение растущего организм необходимыми продуктами, то есть соблюдение баланса белков, углеводов, жиров, ограничение и исключение кондитерских изделий, сладких напитков, конфет, сахара; - в рационе должны содержаться овощи, зелень, фрукты; - физические нагрузки, утренняя зарядка, игры на свежем воздухе, занятия физкультурой, спортом.</p>
15.	ПК – 13	<p>Елена Ивановна, 26 лет. Не работает, домохозяйка. Стаж курения семь лет, выкуривает по две пачки сигарет в день. Вышла замуж 2 года назад. Находится на втором месяце беременности. Бросить курить отказывается. Муж курит с 14 лет. Елена Ивановна встала на учет в женской</p>	<p>1. Курение вредит и матери, и плоду во время беременности. Доказано, что вдыхание табачного дыма независимо от содержания</p>

		<p>консультации по беременности. Оба супруга курят дома во всех помещениях.</p> <p>Задания</p> <p>1. Какое воздействие на здоровье еще не родившегося ребенка оказывает семейное пристрастие к курению?</p> <p>2. В будущем, если супруги будут продолжать курить, какое влияние это окажет на дальнейшие привычки будущего ребенка?</p>	<p>никотина приводит к выраженной гипоксии плода (снижение поступления кислорода). Наиболее частое последствие курения матери во время беременности для плода – это малый вес ребенка при рождении. У курящих женщин также более вероятны плацентарные осложнения, преждевременный разрыв плодных оболочек, преждевременные роды и послеродовые инфекционные поражения. Врожденные пороки развития сердца, головного мозга более распространены у новорожденных, рожденных от курящих беременных, чем у некурящих.</p> <p>2. По данным ВОЗ, вредное воздействие курения матерей во время беременности сказывается на детях в течение первых шести лет жизни. Дети, курящих матерей, имеют заметное отставание в росте, интеллектуальном развитии и формировании поведения. Не исключена</p>
--	--	--	---

			возможность развития заболеваний органов дыхания, в том числе бронхиальной астмой. Пример курящих родителей в семье, как правило, в дальнейшем будет способствовать пристрастию к табакокурению повзрослевшего ребенка.
16.	ПК – 13	Мужчина 42 года, курит 15 сигарет в день в течение 20 лет. Жалобы на кашель в течение последних трех лет с отхождением мокроты больше в утренние часы. При проведении спирограммы: ФЖЕЛ — 88%, ОФВ1 — 81%, ОФВ1/ФЖЕЛ — 65%. Задания Оцените показатели спирометрии. Дайте рекомендации пациенту.	Снижение индекса Тифно ниже 70%, показатели ОФВ1 и ФЖЕЛ в пределах нормы. Имеется легкое нарушение проводимости дыхательных путей по обструктивному типу. Консультация пульмонолога, лечение, отказ от курения.
17.	ПК – 13	По формуле Р.М. Баевского рассчитать величину адаптационного потенциала у мужчины в возрасте 28 лет, если у него: ЧСС – 72 в минуту; СД —125 мм ртутного столба (рт. ст.); ДД —75 мм рт.ст.; Рост -178см. Вес-72 кг.	По приведенной формуле рассчитаем величину адаптационного потенциала: $АП = 0,011x(ЧСС) + 0,014x(СД) + 0,008x(ДД) + 0,014x(возраст) + 0,009x(вес) - 0,009x(рост) - 0,27 = 0,011x72 + 0,014x125 + 0,008x75 + 0,014x28 + 0,009x72 - 0,009x178 - 0,27 = 0,792 + 1,75 + 0,6 + 0,392 + 0,648 - 1,602 - 0,27 = 2,31$
18.	ПК – 13	По формуле Р.М. Баевского рассчитать величину адаптационного потенциала у женщины в возрасте 40 лет, если у нее: ЧСС – 75 в минуту; СД —130 мм ртутного столба (рт. ст.);	По приведенной формуле рассчитаем величину адаптационного потенциала:

		<p>ДД —78 мм рт.ст.;</p> <p>Рост -168 см;</p> <p>Вес- 67 кг.</p>	$AP = 0,011x(ЧСС) + 0,014x(СД) + 0,008x(ДД) + 0,014x(возраст) + 0,009x(вес) - 0,009x(рост) - 0,27 = 0,011x75 + 0,014x130 + 0,008x78 + 0,014x40 + 0,009x67 - 0,009x168 - 0,27 = 0,825 + 1,82 + 0,624 + 0,56 + 0,603 - 1,512 - 0,27 = 2,65$
19.	ПК – 13	<p>В Центре здоровья было проведено комплексное исследование функционального состояния женщине 25 лет и получены следующие данные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - индекс Робинсона - 68; - индекс Кердо – 0,5; - УФС (по методике Е.А.Пироговой) – 5 баллов. <p>Задания:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Оцените функциональные резервы сердечно-сосудистой системы по индексу Робинсона. 2. Дайте оценку активности вегетативной нервной системы (ВИК) по методу Кердо. 3. Оцените уровень физического состояния (УФС) по методике Е.А. Пироговой. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Функциональные резервы сердечно-сосудистой системы по индексу Робинсона отличные. 2. Показатели активности вегетативной нервной системы (ВИК) по методу Кердо в пределах нормы. 3. Уровень физического состояния (УФС) по методике Е.А. Пироговой высокий, что предполагает минимальный риск развития ишемической болезни сердца.
20.	ПК – 13	<p>Корреспондент местной газеты, брал интервью у сталеваров в литейном цехе. Внезапно у него поднялась температура до 42 градусов.</p> <p>Задания:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Какое патологическое состояние развилось у корреспондента в литейном цехе? 2. Каков механизм данного патологического состояния? 	<ol style="list-style-type: none"> 1. У корреспондента развился тепловой удар. 2. Из-за долгого пребывания в жарком помещении произошел срыв механизмов терморегуляции, что и привело к интенсивному нарастанию температуры.
21.	ПК – 13	<p>У пациента после недельной высокой лихорадки резко упала температура, он</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. У пациента наступил кризис –

		<p>покрылся потом, появилась слабость. Задания:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Какое патологическое состояние развилось у пациента? 2. Какой механизм терморегуляции преобладает? 	<p>третий период лихорадки. 2. В этом периоде преобладает теплоотдача.</p>
22.	ПК – 13	<p>Рассчитайте биологический возраст женщины по ее данным: календарный возраст — 28 лет; масса тела — 59 кг; статическая балансировка — 25 сек.; индекс самооценки здоровья (по анкете Войтенко) — 10; пульсовое давление — 55;</p>	<p>Для решения необходимо знать формулу биологического возраста для женщин. $BV = 1,46 + 0,42 \text{ АДП} + 0,25 \text{ МТ} + 0,70 \text{ СОЗ} - 0,14 \text{ СБ}$, где МТ - масса тела, в кг, СБ - статическая балансировка, сек.; СОЗ — индекс самооценки здоровья (по анкете Войтенко); АДП - пульсовое давление. Решение: $BV = 1,46 + 0,42 * 45 + 0,25 * 60 + 0,70 * 10 - 0,14 * 15$, $BV = 40$ лет. Заключение: Биологический возраст составил 40 лет, что не соответствует календарному возрасту 29 лет.</p>
23.	ПК – 13	<p>Рассчитайте биологический возраст мужчины по его данным: календарный возраст — 57 лет; статическая балансировка — 44 сек.; индекс самооценки здоровья (по анкете Войтенко) — 12; артериальное систолическое давление — 130 мм рт.ст.; время задержки дыхания после глубокого вдоха — 50 сек.</p>	<p>Для решения необходимо знать формулу биологического возраста для мужчин. $BV = 27,0 + 0,22 \text{ АДС} - 0,15 \text{ ЗДВ} + 0,72 \text{ СОЗ} - 0,15 \text{ СБ}$ где СБ - статическая балансировка, сек.; СОЗ — индекс самооценки здоровья (по анкете Войтенко); АДС - артериальное</p>

			<p>систолическое давление, мм рт.ст.; ЗДВ - время задержки дыхания после глубокого вдоха. Решение: $BV = 27,0 + 0,22 * 125 - 0,15 * 50 + 0,72 * 12 - 0,15 * 45$ BV= 49 лет. Заключение: Биологический возраст составил 49 лет, что не соответствует календарному возрасту 56 лет.</p>
--	--	--	--

Код контролируемой компетенции

ПК – 14. Способен к выполнению прикладных и поисковых научных биомедицинских исследований и разработок.

На открытое задание рекомендованное время – 10 мин.

№	Код контролируемой компетенции	Содержание задания	Правильные ответы
24.	ПК – 14	<p>Произошел конфликт на бытовой почве между двумя студентами, проживающими в одной комнате общежития. Оба находятся в возбуждённом состоянии; один из них пошел в спортзал, другой – пошёл в библиотеку и пытался почитать книгу.</p> <p>Задания</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Оцените состояние, которое возникло у студентов. 2. Укажите неблагоприятное воздействие данного состояния на организм. 3. Кто из студентов выбрал наиболее благоприятный вариант выхода из данного состояния, объясните почему? 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Студенты находятся в состоянии стресса. 2. Основными проявлениями вызванными стрессом на здоровье человека являются: головные боли; хронические недосыпания и бессонница; функциональные нарушения сердечно-сосудистой системы: артериальная гипертензия, инфаркт миокарда; нарушение концентрации внимания, повышенная утомляемость, снижение работоспособности;

			<p>нарушения желудочно-кишечного тракта: гастрит, язва, диспепсии невротического генеза; снижение иммунитета; нарушение нейроэндокринной регуляции; дистрофия тканей мозга, мышечная ригидность или атония.</p> <p>3. Для снятия стресса наиболее правильный выбор - заняться спортом.</p> <p>4. Для снятия напряжения полезно изменить направленность переработки сигналов. Достижению этой цели и служит физическая нагрузка.</p>
25.	ПК – 14	<p>Для пациента Д., 38 лет, характерна преувеличенная потребность в деятельности, сверхвовлеченность в работу, нехватка времени для отдыха, упорство и сверхактивность в достижении цели, нередко сразу в нескольких областях жизнедеятельности, неумение выполнять однообразную, монотонную работу. Все делает быстро, его отличает выразительная эмоциональная речь, яркая жестикуляция и мимика. Импульсивен, несдержан, амбициозен. Стремится к доминированию.</p> <p>Задания</p> <p>1. О каком поведенческом типе личности идет речь?</p> <p>2. Развитие каких заболеваний можно ожидать у таких личностей в условиях стресса?</p>	<p>1. Это коронарный тип лип личности.</p> <p>2. Поведенческий тип А предрасположен к сердечно-сосудистым заболеваниям, в частности к ИБС.</p>
26.	ПК – 14	<p>В кабинет «планирования семьи» обратилась супружеская пара в возрасте 28 лет с просьбой помочь им в рождении здорового ребенка. Анамнез мужа не отягощен. Вредных привычек нет. Здоров. Спермограмма в норме.</p>	<p>1. Необходимо провести полное клинико-биохимическое обследование и специальное гинекологическое обследование женщины</p>

		<p>Анамнез жены: наследственность не отягощена. Менструальная функция не нарушена. Половая жизнь с 22 лет. Имела две беременности, которые закончились искусственными абортами в сроках 10–12 недель (не состояла в браке). Последний год лечила воспаление придатков матки.</p> <p>Задание Какие рекомендации должен дать врач супругам?</p>	<p>(мазки из уретры и цервикального канала на микрофлору, гонококки и трихомонады, бактериальный посев на уреоплазму, мазок из цервикального канала – ПЦР на хламидии; УЗИ органов малого таза, гистеросальпингография, гистероскопия).</p> <p>2. Провести общеукрепляющее и противовоспалительное лечение больной в зависимости от результатов обследования. Закончить курс лечения санаторно-курортным лечением.</p> <p>3. На время лечения рекомендовать пользоваться контрацептивами (КОК или барьерного типа – презерватив).</p>
27.	ПК – 14	<p>В женскую консультацию позвонил врач — судмедэксперт, у него на приеме девушка 18 лет, обратившаяся через час после изнасилования. Имеется опасность развития нежелательной беременности.</p> <p>Задание: Какие рекомендации должен дать врач?</p>	<p>1. Для профилактики нежелательной беременности необходимо принять 1 таблетку постинора немедленно, а вторую таблетку утром следующего дня или 1 таблетку эскапела.</p> <p>2. Помимо этого, необходимо провести обработку гениталий пациентки антисептиками в целях профилактики венерических заболеваний.</p> <p>3. Провести инстилляцию антисептиками область уретры, цервикального канала, прямой кишки.</p> <p>4. Информировать пациентку о ранних</p>

			<p>симптомах венерических заболеваний, продолжительности инкубационного периода каждого из них (сифилис, гонорея, СПИД, хламидиоз, уреаплазмоз, трихомоноз, гарднереллез и др.).</p> <p>5. Убедить ее в необходимости встать на диспансерный учет у участкового акушера-гинеколога и венеролога для прохождения специфического динамического наблюдения на венерические заболевания.</p>
28.	ПК – 14	<p>Больной К., 16 лет, учащийся колледжа, имеет постоянное место жительства, поступил в венерологическое отделение с жалобами на гнойные выделения из уретры и рези при мочеиспускании. Болен 10 дней. Имел половой контакт со случайной партнершей, через 6 дней после чего появились гнойные выделения из уретры и рези при мочеиспускании. С этими явлениями обратился в кожно-венерологический диспансер, где при исследовании в мазках из уретры был обнаружен гонококк.</p> <p>Задания:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Какое заключение сделает врач? 2. В чем заключается метод комбинированной провокации? 3. Надо ли проводить этому больному превентивное лечение от сифилиса? 	<ol style="list-style-type: none"> 1. У больного свежая неосложненная гонорея, острый тотальный уретрит. 2. Комбинированная провокация - это чаще всего сочетание биологической (500 млн микробных тел гонококков внутримышечно), химической (инстилляцией в уретру 0,5 % раствора нитрата серебра) и алиментарной (острая, соленая пища) провокаций. 3. Больному гонореей с невыявленным источником заражения, но имеющим постоянное место жительства, превентивное лечение не проводится, клинико-серологический контроль осуществляется в течение 3-х месяцев.

29.	ПК – 14	<p>В детском саду из вновь поступивших детей сформирована группа в возрасте 4-5 лет, ранее не закаливавшихся. По состоянию здоровья и физическому развитию дети находятся на одном уровне. Условия для проведения закалывающих процедур имеются.</p> <p>Задания:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Дайте рекомендации по организации процесса закалывания. 2. Какие принципы необходимо соблюдать при проведении процесса закалывания? 3. Организационные мероприятия перед проведением процесса закалывания в детских коллективах. 4. Какие методы санитарно-просветительской работы необходимы при организации процесса закалывания с данной группой детей? 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Для детей данного возраста (4-7 лет), ранее не закаливавшихся, закаливание необходимо начинать с воздушных ванн; через 10 сеансов подключаются солнечные ванны. Показаны водные процедуры, затем общее обливание и купание в бассейне или в открытом водоеме. 2. Высокий эффект процесса закалывания основывается на строгом соблюдении принципов: учет индивидуальных показателей состояния здоровья и развитие ребенка; постепенность в изменении качественных показателей закалывающего фактора; непрерывность в применении закалывающих процедур; комплексность – использование всех возможных факторов и процедур. По мере получения желаемого эффекта и устойчивости реакции организма на ту или иную процедуру можно использовать полиградационность (контрастность) закалывающего фактора. 3. Перед проведением процесса закалывания в организованных детских коллективах все дети делятся на следующие группы: <ol style="list-style-type: none"> а) здоровые, ранее закалываемые; б) здоровые, ранее не
-----	---------	---	---

			<p>закаливаемые;</p> <p>в) дети ослабленные, имеющие хронические заболевания и дети после длительных острых заболеваний. Отдельно выделяют детей, часто и длительно болеющих (ЧДБ). Для каждой группы вырабатывается свой график и режим закаливания. Дети могут быть переведены в другую группу по мере получения должного эффекта, но не ранее, чем через 2 месяца.</p> <p>4. Методы санитарно-просветительской работы должны включать беседу с родителями и детьми, наглядную агитацию (плакаты, брошюры, санбюллетени).</p>
30.	ПК – 14	<p>В Центр здоровья обратилась заведующая детским садом с просьбой помочь грамотно организовать санитарно-просветительскую работу по теме «Профилактика ротавирусной инфекции».</p> <p>Задания:</p> <p>1. Какие методы и средства санитарного просвещения Вы порекомендуете?</p> <p>2. Какие методы наглядной агитации будут наиболее доступными и эффективными?</p>	<p>1. Центр здоровья может порекомендовать следующие методы и средства санитарного просвещения: собеседование; групповые дискуссии; лекции; тематические беседы; беседы за круглым столом; устные журналы; школы здоровья; публикации в прессе.</p> <p>2. Наиболее доступными и эффективными в условиях детского сада являются методы наглядной агитации: стенгазеты; санбюллетени; выставки и уголки здоровья; книжные выставки.</p>

КРИТЕРИЙ ОЦЕНКИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Проведение зачета по дисциплине как основной формы проверки обучающихся предполагает соблюдение ряда условий, обеспечивающих педагогическую эффективность оценочной процедуры.

Важнейшие среди них:

1. обеспечить самостоятельность ответа обучающегося по билетам одинаковой сложности требуемой программой уровня;
2. определить глубину знаний программы;
3. определить уровень владения научным языком и терминологией;
4. определить умение логически, корректно и аргументированно излагать ответ на зачете;
5. определить умение выполнять предусмотренные программой задания.

Оценки «**зачтено**» заслуживает ответ, содержащий:

- глубокое и системное знание всего программного материала и структуры дисциплины, а также знание основного содержания лекционного курса;
- свободное владение понятийным аппаратом, научным языком и терминологией, а также умение пользоваться понятийным аппаратом в процессе анализа основных проблем программы;
- логическое и убедительное изложение ответа

Оценки «**не зачтено**» заслуживает ответ, содержащий:

- незнание либо отрывочное представление учебно-программного материала, поверхностные знания важнейших разделов программы и содержание лекционного курса;
- затруднения с использованием понятийного аппарата и терминологии учебной дисциплины.