

Электронная цифровая подпись



Утверждено 30 мая 2019 г.
протокол № 5

председатель Ученого Совета Лысов Н.А.

ученый секретарь Ученого Совета Бунькова Е.Б.

**ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ
ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ
по дисциплине «ВАЛЕОЛОГИЯ (АДАПТАЦИОННЫЙ МОДУЛЬ)»**

Направление подготовки 34.03.01 Сестринское дело
(уровень бакалавриата)

Направленность: Сестринское дело

Квалификация (степень) выпускника: Академическая медицинская сестра
(для лиц мужского пола - Академический медицинский брат). Преподаватель.

Форма обучения: очно-заочная

Срок обучения: 4 года 6 мес

1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

В результате освоения ОПОП обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине (модулю): «Валеология (адаптационный модуль)»

Контролируемые разделы (темы) дисциплины (результаты по разделам)	Код контролируемой компетенции (или её части) / и ее формулировка – по желанию	Наименование оценочного средства	Критерии оценивания
1. Здоровый человек и его окружение	ПК-7; ПК-11	Устный ответ, реферат, решение ситуационных задач, стандартизированный тестовый контроль	Пятибалльная шкала оценивания
2. основополагающие принципы здоровья человека	ПК-7; ПК-11	Устный ответ, реферат, решение ситуационных задач, стандартизированный тестовый контроль	Пятибалльная шкала оценивания
3. Рациональное питание	ПК-7; ПК-11	Устный ответ, реферат, решение ситуационных задач, стандартизированный тестовый контроль	Пятибалльная шкала оценивания
4. Диспансеризация определенных групп взрослого населения	ПК-7; ПК-11	Устный ответ, реферат, решение ситуационных задач, стандартизированный тестовый контроль	Пятибалльная шкала оценивания
5. Основные направления валеологической деятельности медсестры	ПК-7; ПК-11	Устный ответ, реферат, решение ситуационных задач, стандартизированный тестовый контроль, проведение круглого стола	Пятибалльная шкала оценивания

2. Текущий контроль успеваемости на занятиях семинарского типа(семинары, практические занятия, клинические практические занятия, практикумы, лабораторные работы),**включая задания самостоятельной работы обучающихся, проводится в формах:**

- устный ответ (в соответствии с темой занятия в рабочей программе дисциплины и перечнем вопросов для самоконтроля при изучении разделов дисциплины рабочей программы дисциплины);
- стандартизированный тестовый контроль,
- написание рефератов,
- решение ситуационных задач,
- проведение круглого стола;
- **иные формы контроля, определяемые преподавателем**

Выбор формы текущего контроля на каждом занятии осуществляет преподаватель. Формы текущего контроля на одном занятии у разных обучающихся могут быть различными. Конкретную форму текущего контроля у каждого обучающегося определяет преподаватель. Количество форм текущего контроля на каждом занятии может быть различным и определяется преподавателем в зависимости от целей и задач занятия.

2.1 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

2.1.1. Стандартизированный тестовый контроль (по темам или разделам)

Тема 1

1.Здоровье - это

1. отсутствие болезни;
2. состояние радости;
3. состояние полного душевного, физического и социального благополучия;
4. устойчивость к дестабилизирующим факторам

2. Не относятся к признакам здоровья:

1. устойчивость к действиям повреждающих факторов;
2. функционирование в пределах нормы;
3. наличие резервных возможностей организма;
4. регулярная заболеваемость

3.Укажите неверный уровень здоровья

1. личное;
2. индивидуальное;
3. общественное;

4. групповое

4. Состояние полного физического, душевного, социального и духовного благополучия называется

1. блаженство;
2. нирвана;
3. здоровье;
4. релаксация

5. Здоровье человека на 50% зависит от

1. наследственности;
2. образа жизни;
3. медицины;
4. внешней среды

6. Выберите признак нездорового образа жизни

1. активная жизненная позиция;
2. несбалансированное питание;
3. полноценный отдых;
4. регулярная двигательная активность

7. Уровни здоровья:

1. общественное, групповое, индивидуальное;
2. общественное, групповое, общемировое;
3. групповое, индивидуальное, собственное;
4. групповое, индивидуальное, собственное

8. Что не является одним из видов здоровья?

1. соматическое;
2. психическое;
3. эмоциональное;
4. нравственное

9. Каким фактором в большей степени определяется здоровье человека?

1. наследственностью;
2. условиями внешней среды;
3. образом жизни;
4. системой здравоохранения

10. Общественное здоровье - это

1. здоровье группы людей;
2. личное здоровье;
3. здоровье населения страны;
4. здоровье людей определенной этнической группы

Эталон ответа

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
3	4	2	3	2	2	1	3	3	3

Тема 2

1. Здоровый образ жизни - это

1. поведение и мышление человека, обеспечивающее ему укрепление здоровья;
2. систематические занятия спортом;
3. способность человека управлять своими эмоциями;
4. способность человека управлять своими двигательными действиями

2. Какого уровня здоровья не существует?

1. групповое;
2. среднестатистическое;
3. общественное;
4. личное

3. На сколько процентов здоровье человека зависит от его наследственности

1. 10%;
2. 20%;
3. 30%;
4. 50%

4. Вид здоровья, характеризующий состояние органов и систем человека и наличие резервных возможностей называется

1. физическое здоровье;
2. духовное здоровье;
3. нравственное здоровье;
4. социальное здоровье

5. На сколько здоровье человека зависит от образа жизни

1. на 50%
2. на 30%;
3. на 40%
4. на 10

6. Поведение и мышление человека, обеспечивающее ему здоровое долголетие, называется

1. рациональная жизнь;
2. здоровый образ жизни;
3. эффективный образ жизни;
4. здоровье

7. Отметьте составляющую нездорового образа жизни

1. полноценный отдых;
2. гиподинамия;
3. отсутствие вредных привычек;
4. сбалансированное питание

9. Выберите фактор нездорового образа жизни

1. полноценный отдых;
2. сбалансированное питание;
3. социальная пассивность;
4. регулярная двигательная активность

10. Уберите понятие, не являющееся признаком здоровья

1. устойчивость к действию повреждающих факторов;
2. принадлежность к группе людей по половому признаку;
3. функционирование организма в пределах нормы;
4. наличие резервных возможностей организма.

Эталон ответа

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2	2	1	2	2	2	3	3	2

Тема 3

1. Какой из элементов не относится к макроэлементам?

1. кальций;
2. хлор;
3. магний;
4. цинк

2. Сложные соединения, построенные из нескольких групп моносахаридов - это

1. моносахариды;
2. олигосахариды;
3. полисахариды;
4. сахароза

3. Назовите третий основной компонент сбалансированного питания «белки, жиры,»

1. витамины;
2. минеральные вещества;
3. углеводы;
4. вода

4. Основной источник тепловой энергии, необходимой для жизнедеятельности организма

1. углеводы;
2. белки;
3. витамины;
4. жиры

5. Вещества, выполняющие функции стабилизации гомеостаза, называются

1. углеводы;

2. минеральные вещества;
3. витамины;
4. жиры

6. Углеводы не содержат:

1. полисахариды;
2. моносахариды;
3. олигосахариды;
4. аминокислоты

7. Сбалансированность питания 1 порядка – это соотношение

1. белков животного и растительного происхождения;
2. жиров животного и растительного происхождения;
3. белков, жиров, углеводов;
4. моносахаридов, полисахаридов

8. Что такое липиды?

1. белки;
2. углеводы;
3. витамины;
4. жиры

9. Органические соединения, нерастворимые в воде, маслянистое вещество, один из основных компонентов клеток и тканей живых организмов, называются

1. углеводы;
2. витамины;
3. жиры;
4. белки

10. Основной строительный материал организма человека - это

1. белки;
2. жиры;
3. витамины;
4. углеводы

Эталонные ответы

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
4	2	3	4	2	1	3	4	3	1

Тема 4

1. Диспансеризация-это:

1. санаторно-курортное лечение
2. реабилитация пациента
3. динамическое наблюдение за здоровьем пациента
4. самоконтроль за состоянием пациента

2. Целью диспансеризации является:

1. воспитание человека
2. сохранение здоровья
3. снижение смертности
4. снижение инвалидности

3. Найдите соответствие степени участия учреждений уровню диспансеризации:

1. областные и республиканские больницы а) 1 уровень
2. амбулаторно-поликлинические учреждения б) 2 уровень
3. специализированные диспансеры, стационары больниц в) 3 уровень

4. По состоянию здоровья пациенты делятся на группы диспансеризации:

1. одну
2. две
3. три
4. четыре

5. Основным медицинским документом, отражающим динамику диспансерного наблюдения - это:

1. справка о здоровье
2. лист временной нетрудоспособности
3. амбулаторная карта
4. статистический талон

6. Укажите показатели эффективности диспансеризации:

1. снижение частоты рецидивов
2. снижение заболеваемости среди диспансерных
3. снижение рождаемости
4. снижение трудоспособности

7. Назовите показатели качества диспансеризации:

1. высокий процент выявления запущенных форм рака
2. регулярность диспансерного наблюдения
3. полнота обследования диспансерных больных
4. активность посещений диспансерных пациентов

8. Основные задачи диспансеризации - это:

1. обучение пациентов
2. выявление причин заболеваний и устранение их
3. проведение лечебно-оздоровительных мероприятий
4. снятие с диспансерного учета

9. Медосмотры делятся на: (Выбрать два ответа)

1. периодические
2. предварительные
3. кардиологические
4. медосмотры хронических заболеваний

10. Обязательные исследования при диспансеризации пациентов:

1. лабораторные, инструментальные, функциональные;
2. биохимические, инструментальные, иммунологические;
3. функциональные, рентгенологические, инструментальные;
4. ЭКГ, спирография, рентгеноскопия.
- 5) один раз в два года

Эталоны ответов

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
3	2,3,4	1-3, 2-1,3-2	3	3	1,2	2,3,4	2,3	1,2	1

Тема 5

1. Образ жизни влияет на:

1. репродуктивное здоровье
2. генотип индивида
3. здоровье индивида
4. болезни периферической нервной системы

2. Устранимые факторы риска:

1. наследственность
2. инвалидность
3. сахарный диабет
4. ожирение

3. Неустраняемые факторы риска:

1. гиподинамия
2. воздействие профессиональных вредностей
3. ослабление иммунитета
4. наследственность

4. Продукт обязательный для рационального питания:

1. овощи, фрукты
2. консервированное мясо
3. алкоголь
4. хлебобулочные изделия

5. Физическое здоровье это:

1. насколько человек доволен собой и как успешно справляется со своими ежедневными функциями
2. насколько человек ладит с другими людьми
3. насколько человек выполняет все свои текущие обязанности без излишней усталости.
4. отсутствие болезней

6. Душевное здоровье это:

1. насколько человек доволен собой и как успешно справляется со своими ежедневными функциями
2. насколько человек ладит с другими людьми
3. насколько человек выполняет все свои текущие обязанности без излишней усталости.
4. отсутствие болезней

7. Социальное здоровье это:

1. насколько человек доволен собой и как успешно справляется со своими ежедневными функциями
2. насколько человек ладит с другими людьми
3. насколько человек выполняет все свои текущие обязанности без излишней усталости.
4. отсутствие болезней

8. Здоровый образ жизни это:

1. отсутствие вредных привычек
2. ежедневные занятия физическими упражнениями
3. сбалансированное питание
4. способ жизнедеятельности человека, направленный на сохранение и укрепление его здоровья

9. Структура здорового образа жизни:

1. здоровое питание
2. отказ от вредных привычек
3. физические упражнения
4. все ответы правильны

10. Обучение здоровью это:

1. повышение информированности по вопросам здоровья и его охраны
2. формирование навыков укрепления здоровья
3. создание мотивации для ведения здорового образа жизни, как отдельных людей, так и общества в целом
4. все ответы правильны

Эталоны ответов

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
3	4	4	1	3	1	2	3	3	3

2.2. Перечень тематик рефератов для текущего контроля**Тема 1.**

1. Понятие «здоровье», его составляющие.
2. Качество жизни, его критерии.
3. Факторы здоровья.
4. Факторы риска: первичные, вторичные. Группы риска.
5. Факторы образа жизни и их влияние на здоровье детского и взрослого населения

Тема 2.

1. Статика населения. Динамика населения. Их значение.
2. Миграция населения. Её виды.
3. Показатели естественного движения населения.
4. Типы населения.
5. Показатели естественного движения населения.

Тема 3.

1. Рациональное здоровье, как залог здоровья.
2. Диетическое питание при различных патологических состояниях.
3. Правильное питание всех возрастных групп населения.

4. Режим питания и отдыха.
5. Роль медицинской сестры по соблюдению диетического питания.

Тема 4.

1. Понятие о возрасте, его виды.
2. Возрастные периоды
3. Возрастные особенности здорового человека
4. Определение понятий "геронтология", "гериатрия", "герогиена". Причины старения.
5. Основные условия активного долголетия.

Тема 5.

1. Роль средних медицинских работников в организации медицинской профилактики.
2. Стратегия укрепления здоровья в отношении взрослых.
3. Уровни потребностей человека по А. Маслоу
4. Социальные потребности. Потребности в самоуважении и уважении
5. Здоровье в иерархии потребностей человека

Темы рефератов могут быть предложены преподавателем из вышеперечисленного списка, а также обучающимся в порядке личной инициативы по согласованию с преподавателем.

2.3. Перечень ситуационных задач для текущего контроля успеваемости

Тема 1. Здоровый человек и его окружение

Ситуационная задача 1

Человек находится в полном покое. Психическая и физическая нагрузка отсутствуют. В комнате температура 18-20°C. После приема пищи прошло 14 часов. Какой вид обмена энергии в организме можно измерить?

Ответ: основной обмен

Ситуационная задача 2

Пациент на плановом осмотре. Врач просит согнуть руку в локтевом суставе под углом 90°, ударяет молоточком по сухожилию над олекраноном. Какой рефлекс при этом проверяется?

Ответ: рефлекс с сухожилия трехглавой мышцы плеча

Тема 2. основополагающие принципы здоровья человека

Ситуационная задача 3

.Определите биологический возраст мужчины по формуле

« $26,985 + 0,215 \text{ АДС} - 0,149 \text{ ЗДВ} - 0,151 \text{ СБ} + 0,723 \text{ СОЗ}$ »,

где АДС – систолическое АД,

ЗДВ – максимальная продолжительность задержки дыхания в секундах,

СБ – статическая балансировка в секундах (определяется стоя на левой ноге с закрытыми глазами без тренировки),

СОЗ – субъективная оценка здоровья, производится с помощью анкеты, включающей 29 вопросов.

$\text{АДС} = 120 \text{ ЗДВ} = 67 \text{ СБ} = 25 \text{ СОЗ} = 6$

Ситуационная задача 4

Определите биологический возраст женщины по формуле

: « $1,463 + 0,415 \text{ АДП} - 0,140 \text{ СБ} + 0,248 \text{ МТ} + 0,694 \text{ СОЗ}$ »,

где АДП – артериальное пульсовое давление, СБ – статическая балансировка в секундах (определяется стоя на левой ноге с закрытыми глазами без тренировки),

МТ – масса тела

СОЗ – субъективная оценка здоровья, производится с помощью анкеты, включающей 29 вопросов.

$\text{АДП} = 55 \text{ мм.рт.ст}; \text{СБ} = 34 \text{ сек. МТ} = 65 \text{ кг СОЗ} = 4.$

Анкета «Субъективная оценка здоровья» -СОЗ

1. Беспокоят ли вас головные боли?
2. Можно ли сказать, что вы легко просыпаетесь от любого шума?
3. Беспокоят ли вас боли в области сердца?
4. Считаете ли вы, что в последние годы у вас ухудшился слух?
5. Считаете ли вы, что в последние годы у вас ухудшилось зрение?
6. Стараетесь ли вы пить только кипяченую воду?
7. Уступают ли вам место в общественном транспорте?
8. Беспокоят ли вас боли в суставах?
9. Влияет ли на ваше самочувствие перемена погоды?

10. Бывают ли у вас такие периоды, когда из-за волнений вы теряете сон?
11. Беспокоят ли вас запоры?
12. беспокоят ли вас боли в области печени?
13. Бывают ли у вас головокружения?
14. Считаете ли вы, что сосредоточиться сейчас вам стало труднее, чем в прошлые годы?
15. Беспокоят ли вас ослабление памяти, забывчивость?
16. Ощущаете ли вы в различных частях тела жжение, покалывание, "ползание мурашек"?
17. Беспокоят ли вас шум или звон в ушах ?
18. Держите ли вы для себя в домашней аптечке одно из следующих лекарств: валидол, нитроглицерин, сердечные капли?
19. Бывают ли у вас отёки на ногах?
20. Приходится ли вам отказаться от некоторых блюд?
21. Бывает ли у вас при быстрой ходьбе одышка?
22. Беспокоят ли вас боли в области поясницы?
23. Приходится ли вам употреблять в лечебных целях какую-либо минеральную воду?
24. Беспокоит ли вас неприятный вкус во рту?
25. Можно ли сказать, что вы стали легко плакать?
26. Бываете ли вы на пляже?
27. Считаете ли вы, что сейчас вы также работоспособны, как прежде?
28. Бывают ли у вас такие периоды, когда вы чувствуете себя радостно возбуждённым, счастливым?
29. Как вы оцениваете состояние своего здоровья? ("хорошее", "удовлетворительное", "плохое" и "очень плохое")

Для первых 28 вопросов возможные ответы "Да" или "Нет".

Интерпретация результатов: Неблагоприятными считаются ответы "Да" на вопросы 1-25 и ответы "Нет" на вопросы 26-28.

На вопрос 29 в анкете возможны следующие ответы: "хорошее", "удовлетворительное", "плохое" и "очень плохое".

Неблагоприятным считается один из двух последних ответов. После ответов на вопросы анкеты подсчитывается общее количество неблагоприятных ответов (оно может колебаться от 0 до 29). Число неблагоприятных ответов, выраженное цифрой от 0 до 29 входит в формулу.

Тема 3. Рациональное питание

Ситуационная задача 5

Распределите калорийность рациона на 3-5 приемов пищи.

Завтрак –25% 2 завтрак –15% Обед –35% Полдник –10% Ужин –15%

Например: Рацион питания составляет 1800 ккал, при этом на завтрак, рекомендуется потреблять 450 ккал, 2-й завтрак –270 ккал, обед –630 ккал, полдник –180 ккал, ужин –270 ккал

Тема 4. Диспансеризация определенных групп взрослого населения

Ситуационная задача 6

Девушка 17 лет. Жалобы на отсутствие менструаций. Соматически здорова, пониженного питания (вес 43 кг при росте 156 см), профессиональная спортсменка. P.V. Наружные половые органы развиты правильно, virgo!

1. Предварительный диагноз?
2. Какие клинические анализы необходимы девушке?
3. Какие дополнительные исследования показаны девушке?
4. В чем причина отсутствия менструаций?
5. Что рекомендовать девушке?

Ответ

1. Запоздалое половое созревание на фоне пониженной массы тела.
2. Клинические анализы крови и мочи.
3. УЗИ половых органов, биохимический анализ крови на ФСГ, ЛГ, эстрогены, прогестерон, пролактин (при необходимости рентгенологическое исследование области турецкого седла и кариотип).
4. Пониженная масса тела и повышенные физические нагрузки.
5. Начинать лечение с восстановления массы тела и снижения физических нагрузок, в последую-

щем решить вопрос о гормональной терапии.

Тема 5. Основные направления валеологической деятельности врача

Ситуационная задача 7

К врачу обратился больной, который жаловался на общую слабость, легкую утомляемость, понижение работоспособности, плохой аппетит, кровоточивость десен при небольшом трении, еде, чистке зубов. Объективно: цианоз губ, ушей ногтей, разрыхленность и сглаженность десен, набухание межзубных сосочков, бледность и сухость кожи, ороговение волос, фолликулов.

Поставить диагноз и назначить питание?

Ответ. Недостаток витамина С в рационе питания, рекомендовано включить в пищу цитрусовые, овощи, фрукты

Ситуационная задача 8

Ребёнку 7 месяцев, мальчик. Из анамнеза: семья социально неблагополучная, массаж, гимнастика, прогулки с ребёнком практически не проводятся. Находится на искусственном вскармливании, получает коровье молоко –800 мл в сутки, манную кашу. Овощное пюре и мясные продукты не получает. Объективно: кожные покровы бледные, мышечная гипотония. Выраженные костные изменения: «квадратная» голова, деформация грудной клетки, в области дистальных отделов предплечья выраженные «рахитические браслеты», на рёбрах –«чётки», при вдохе выявляется «Гаррисонова борозда». Живот увеличен в объёме, гипотоничен, печень + 2 см из-под края рёберной дуги. Мальчик не сидит, плохо опирается на ножки, эмоционально лабилен, вяловат. Масса тела –7,5 кг.

Задание

1. Поставьте диагноз, обоснуйте его.
2. Какой период болезни более вероятен в данном случае? Почему?
3. Назначьте лечение. Проведите коррекцию в питании

Ответ

1. Витамин-D-зависимый рахит
2. Хронизация процесса период разгара, осложнения
3. В организации питания при лечении рахита рекомендуется сбалансированная диета по содержанию белков, жиров и углеводов, преобладание продуктов, богатых витаминами и минеральными веществами, в частности, кальцием, фосфором, магнием и т. д. Следует ограничивать в питании каши и мучные изделия, своевременно вводить овощные и фруктовые соки, пюре. К овощному пюре необходимо добавлять сваренный вкрутую желток, богатый жирорастворимыми витаминами и витаминами группы В, а также фосфором, кальцием, микроэлементами. При искусственном вскармливании важно учитывать содержание витамина D в заменителях грудного молока - адаптированных молочных смесях. Потребность в кальции для здорового ребенка первых 6—12 месяцев составляет 500—600 мг в сутки.

Для лечения используют препараты витамина D в виде водного и масляного раствора. Назначают водный раствор витамина D₃ (в одной капле 500 МЕ) или масляные растворы витамина D₃ (в одной капле 500 МЕ) и Эргокальциферол (в одной капле 625, 1250 МЕ) в дозе 2000-5000 МЕ курсами 30-45 дней.

2.4. Проведение круглого стола по теме: Здоровый образ жизни

ПК-7	Способность и готовность к участию в проведении профилактических медицинских осмотров, диспансеризации, диспансерного наблюдения
1	Общие принципы диспансерного наблюдения и профилактического консультирования, Методы проведения профилактических медицинских осмотров, диспансеризации населения, диспансерного наблюдения с учетом возраста, состояния здоровья, профессии Структура и функции центров здоровья.
2	Составить анкету на выявление хронических заболеваний у населения в пределах профессиональных компетенций, заполнить карту учета диспансеризации населения
3	Проанализировать эффективность работы школы здоровья (на примере ситуационной задачи)
ПК-11	способностью и готовность к участию в разработке и реализации специализированных реабилитационных программ
1	Особенности составления и содержания специализированных реабилитационных программ для лиц разных возрастных групп для максимального возврата к ЗОЖ
2	Оценить предложенную специализированную реабилитационную программу (по выбору)

	преподавателя) с позиций ее адекватности и доступности и возврату к ЗОЖ
3	Разработать специализированную реабилитационную программу для конкретного пациента (по выбору преподавателя), доказать ее соответствие всем требованиям и возврату пациента к ЗОЖ

3. Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) включает в себя зачёт

3.1. Вопросы к зачету (ОПК-8; ОПК-9; ПК-7; ПК-11):

1. Определение понятия: «норма», «болезнь», «третье состояние». Трактовка термина «здоровье» в уставе ВОЗ.
2. Наука о населении, ее составляющие основные показатели. Типы населения.
3. Факторы, влияющие на здоровье населения и их значимость.
4. Физическое развитие населения. Признаки его изучения.
5. Виды заболеваемости, их характеристика и методы изучения.
6. Оценка состояния общественного здоровья населения.
7. Важнейшие задачи государства по охране здоровья граждан. Принципы российского здравоохранения.
8. Общественное здоровье. Показатели, характеризующие общественное здоровье.
9. Здоровье детского населения и факторы его формирующие.
10. Образ жизни. Влияние образа жизни на формирование здоровья.
11. Здоровый образ жизни. Концептуальные подходы к его формированию.
12. Поведенческие аспекты сохранения и укрепления здоровья.
13. Гигиеническое воспитание населения. Научные основы и принципы.
14. Методы гигиенического воспитания населения. Применение методов гигиенического воспитания населения.
15. Формы гигиенического воспитания населения. Классификация форм гигиенического воспитания населения.
16. Средства гигиенического воспитания населения. Классификация средств гигиенического воспитания населения.
17. Технологические аспекты работы со средствами массовой информации по вопросам сохранения и укрепления здоровья.
18. Технологические аспекты проведения массовой профилактической акции организациями здравоохранения.
19. Гигиеническое воспитание населения в организациях здравоохранения, оказывающих медицинскую помощь в стационарных условиях.
20. Гигиеническое воспитание населения в организациях здравоохранения, оказывающих медицинскую помощь в амбулаторных условиях.
21. Гигиеническое воспитание в женской консультации, родильном доме
22. Гигиеническое воспитание в организациях здравоохранения, осуществляющих медицинскую помощь детям в амбулаторных условиях
23. Гигиеническое воспитание в организациях здравоохранения, осуществляющих медицинскую помощь детям в стационарных условиях.
24. Система организации медицинской помощи. Российская структура общественного здравоохранения.
25. Организация лечебно-профилактической помощи городскому населению, новые типы медицинских учреждений.
26. Особенности организации лечебно-профилактической помощи сельскому населению.
27. Деятельность амбулаторно-поликлинических учреждений, их структура основная документация, показатели работы.
28. Инвалидность и реабилитация. Их значимость.
29. Стационарная помощь населению (структура, деятельность, документация, показатели работы)
30. Скорая неотложная медицинская помощь. Оценки ее работы.
31. Охрана материнства в России.
32. Особенности охраны здоровья детского и подросткового населения. Типы медучреждений. Их деятельность и оценка работы.
33. Гигиеническое воспитание декретированных контингентов.
34. Гигиеническое воспитание населения в диспансерах.
35. Гигиеническое воспитание населения в аптеках.
36. Гигиеническое воспитание населения в санаториях, профилакториях, домах отдыха.

37. Цели, задачи, организация диспансеризации взрослого населения.

38. Валеология как интегративное научное направление.

39. Современные подходы к диагностике здоровья.

Рациональное питание Влияние на сохранения и укрепления здоровья

3.2. Вопросы базового минимума по дисциплине «Валеология»

1. Валеология, понятие цели задачи.
2. Понятия здоровье. Определение ВОЗ. Личное, общественное здоровье.
3. Составляющие здоровья. Психическое здоровье, понятие, критерии оценки.
4. Составляющие здоровья. Физическое здоровье, понятие, критерии оценки.
5. Составляющие здоровья. Социальное здоровье, понятие, критерии оценки.
6. Факторы, влияющие на здоровье (ВОЗ), их характеристика и вклад.
7. Факторы внешней среды характеристика.
8. Система здравоохранения, влияние на здоровье человека
9. Наследственные, биологические факторы, влияние на здоровье человека
10. Образ жизни. Здоровый образ жизни, понятие, составляющие, влияние на здоровье.
11. Хронические неинфекционные заболевания, понятие, значение.
12. ЗОЖ как первичная профилактика заболеваний.
13. Профилактика понятие, виды.
14. Формирование ЗОЖ, основные направления и методы.
15. Факторы риска, понятие, влияние на развитие неинфекционных хронических заболеваний.
16. Двигательная активность, понятие, влияние на здоровье.
17. Аэробные и анаэробные нагрузки.
18. Питание, принципы рационального питания.
19. Значение белков, жиров, углеводов. Незаменимые белки и жирные кислоты.
20. Витамины, микроэлементы, пищевые волокна, значение для жизнедеятельности организма.
21. Режим труда и отдыха, утомление, переутомление, их профилактика.
22. Сон, значение для организма, организация сна.
23. Влияние семьи на формирование здоровья ребенка.
24. Влияние курения на здоровье беременной женщины и формирование плода.
25. Влияние курения, алкоголя и наркотических средств на здоровье.
26. Вредные привычки. Причины формирования вредных привычек их профилактика.
27. Принципы формирования физического и психического здоровья человека на внутриутробном этапе развития.
28. Основные принципы формирования физического и психического здоровья ребенка.
29. Стресс, его влияние на здоровье человека. Профилактика негативного влияния.
30. Медицинская активность составляющая ЗОЖ

4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

Основными этапами формирования указанных компетенций при изучении студентами дисциплины являются последовательное изучение содержательно связанных между собой *разделов (тем)* учебных занятий. Изучение каждого раздела (темы) предполагает овладение студентами необходимыми компетенциями. Результат аттестации студентов на различных этапах формирования компетенций показывает уровень освоения компетенций студентами.

4.1. Перечень компетенций с указанием индикаторов, планируемых результатов обучения и критериев оценивания освоения компетенций

Формируемая компетенция		Содержание компетенции	Планируемые результаты обучения (показатели достижения заданного уровня освоения компетенций)	Критерии оценивания результатов обучения (дескрипторы) по шкале зачтено/не зачтено	
				«не зачтено»	«зачтено»
ПК-7		Способность и готовность к участию в проведении профилактических медицинских осмотров, диспансеризации, диспансерного наблюдения	Знать: принципы проведения профилактических медицинских осмотров, диспансеризации, диспансерного наблюдения	Обучающийся демонстрирует фрагментарные знания принципов проведения профилактических медицинских осмотров, диспансеризации, диспансерного наблюдения	Обучающийся демонстрирует сформированные систематические знания принципов проведения профилактических медицинских осмотров, диспансеризации, диспансерного наблюдения
			Уметь: участвовать в проведении профилактических медицинских осмотров, диспансеризации, диспансерного наблюдения	Обучающийся демонстрирует фрагментарные умения участвовать в проведении профилактических медицинских осмотров, диспансеризации, диспансерного наблюдения	Обучающийся демонстрирует сформированное умение участвовать в проведении профилактических медицинских осмотров, диспансеризации, диспансерного наблюдения
			Владеть: Методами проведения профилактических медицинских осмотров, диспансеризации, диспансерного наблюдения	Обучающийся демонстрирует фрагментарные навыки владения методами проведения профилактических медицинских осмотров, диспансеризации, диспансерного наблюдения	Обучающийся демонстрирует успешное и систематическое применение навыков владения методами проведения профилактических медицинских осмотров, диспансеризации, диспансерного наблюдения
	ПК 7.1	Профессионально взаимодействует с персоналом отделения, со службами медицинской организации, другими организациями, родственниками/законными представителями по вопросам диспансеризации в интересах пациента	Знать: Общие принципы диспансерного наблюдения и профилактического консультирования, методы проведения профилактических медицинских осмотров, диспансеризации населения, диспансерного наблюдения	Обучающийся демонстрирует фрагментарные знания общих принципов диспансерного наблюдения и профилактического консультирования, методов проведения профилактических медицинских осмотров, диспансеризации населения, диспансерного наблюдения	Обучающийся демонстрирует сформированные систематические знания общих принципов диспансерного наблюдения и профилактического консультирования, методов проведения профилактических медицинских осмотров, диспансеризации населения, диспансерного наблюдения
			Уметь: Составлять анкету для выявления хронических заболеваний у населения в пределах профессиональной компетенции	Обучающийся демонстрирует фрагментарные умения составлять анкету для выявления хронических заболеваний у населения в пределах профессиональной компетенции	Обучающийся демонстрирует сформированное умение составлять анкету для выявления хронических заболеваний у населения в пределах профессиональной компетенции

			Владеть: Навыками формирования мотивации населения к сохранению и укреплению своего здоровья	Обучающийся демонстрирует фрагментарные навыки формирования мотивации населения к сохранению и укреплению своего здоровья	Обучающийся демонстрирует успешное и систематическое применение навыков формирования мотивации населения к сохранению и укреплению своего здоровья
ПК 7.2	Готов к проведению доврачебного обследования на профилактических и диспансерных приемах населения	Знать: Периоды проведения диспансеризации населения с учетом возраста, состояния здоровья, профессии	Обучающийся демонстрирует фрагментарные знания периодов проведения диспансеризации населения с учетом возраста, состояния здоровья, профессии	Обучающийся демонстрирует сформированные систематические знания периодов проведения диспансеризации населения с учетом возраста, состояния здоровья, профессии	
		Уметь: заполнять карту учета диспансеризации населения	Обучающийся демонстрирует фрагментарные умения заполнять карту учета диспансеризации населения	Обучающийся демонстрирует сформированное умение заполнять карту учета диспансеризации населения	
		Владеть: Навыками проведения профилактических медицинских осмотров населения, диспансерного наблюдения	Обучающийся демонстрирует фрагментарные навыки проведения профилактических медицинских осмотров населения, диспансерного наблюдения	Обучающийся демонстрирует успешное и систематическое применение навыков проведения профилактических медицинских осмотров населения, диспансерного наблюдения	
ПК 7.3	Планирует проведение доврачебных профилактических осмотров в поликлиниках, детских учреждениях, по месту учебы, работы населения	Знать: регламентирующие документы по вопросам проведения доврачебных профилактических осмотров в поликлиниках, детских учреждениях, по месту учебы, работы населения	Обучающийся демонстрирует фрагментарные знания регламентирующих документов по вопросам проведения доврачебных профилактических осмотров в поликлиниках, детских учреждениях, по месту учебы, работы населения	Обучающийся демонстрирует сформированные систематические знания регламентирующих документов по вопросам проведения доврачебных профилактических осмотров в поликлиниках, детских учреждениях, по месту учебы, работы населения	
		Уметь: Проводить доврачебные профилактические осмотры в поликлиниках, детских учреждениях, по месту учебы, работы населения	Обучающийся демонстрирует фрагментарные умения проводить доврачебные профилактические осмотры в поликлиниках, детских учреждениях, по месту учебы, работы населения	Обучающийся демонстрирует сформированное умение проводить доврачебные профилактические осмотры в поликлиниках, детских учреждениях, по месту учебы, работы населения	
		Владеть: Навыки проведения доврачебных профилактических осмотров в поликлиниках, детских учрежде-	Обучающийся демонстрирует фрагментарные навыки проведения доврачебных профилактических осмотров в поликлиниках, детских учреждениях,	Обучающийся демонстрирует успешное и систематическое применение навыков проведения доврачебных профилактических осмотров в поликлиниках, детских	

			ниях, по месту учебы, работы населения	по месту учебы, работы населения	учреждениях, по месту учебы, работы населения
ПК-11		Способностью и готовность к участию в разработке и реализации специализированных реабилитационных программ.	Знать: Принципы создания специализированных реабилитационных программ при конкретной патологии	Обучающийся демонстрирует фрагментарные знания принципов создания специализированных реабилитационных программ при конкретной патологии	Обучающийся демонстрирует сформированные систематические знания принципов создания специализированных реабилитационных программ при конкретной патологии
			Уметь: На основе знаний об особенностях изменений в организме человека на фоне конкретных заболеваний участвовать в разработке и реализации специализированных реабилитационных программ	Обучающийся демонстрирует фрагментарные умения на основе знаний об особенностях изменений в организме человека на фоне конкретных заболеваний участвовать в разработке и реализации специализированных реабилитационных программ	Обучающийся демонстрирует сформированное умение на основе знаний об особенностях изменений в организме человека на фоне конкретных заболеваний участвовать в разработке и реализации специализированных реабилитационных программ
			Владеть: Навыками грамотной разработки специализированных реабилитационных программ и их реализации у конкретных пациентов	Обучающийся демонстрирует фрагментарные навыки грамотной разработки специализированных реабилитационных программ и их реализации у конкретных пациентов	Обучающийся демонстрирует успешное и систематическое применение навыков грамотной разработки специализированных реабилитационных программ и их реализации у конкретных пациентов
ПК 11.1	Определяет степень утраты пациентом бытовой и/или социальной самостоятельности в повседневной жизнедеятельности и потребности в реабилитационном (восстановительном) уходе и видах реабилитации	Определяет степень утраты пациентом бытовой и/или социальной самостоятельности в повседневной жизнедеятельности и потребности в реабилитационном (восстановительном) уходе и видах реабилитации	Знать: Виды реабилитации, способы оценки степени утраты пациентом бытовой и/или социальной самостоятельности в повседневной жизнедеятельности	Обучающийся демонстрирует фрагментарные знания видов реабилитации, способов оценки степени утраты пациентом бытовой и/или социальной самостоятельности в повседневной жизнедеятельности	Обучающийся демонстрирует сформированные систематические знания видов реабилитации, способов оценки степени утраты пациентом бытовой и/или социальной самостоятельности в повседневной жизнедеятельности
			Уметь: Установить степень и характер утраты пациентом бытовой и/или социальной самостоятельности в повседневной жизнедеятельности для определения его потребности в реабилитационном (восстановительном) уходе и видах реабилитации	Обучающийся демонстрирует фрагментарные умения оценивать степень утраты пациентом бытовой и/или социальной самостоятельности в повседневной жизнедеятельности и потребности в реабилитационном (восстановительном) уходе и видах реабилитации	Обучающийся демонстрирует сформированное умение оценивать степень утраты пациентом бытовой и/или социальной самостоятельности в повседневной жизнедеятельности и потребности в реабилитационном (восстановительном) уходе и видах реабилитации
			Владеть: Методами оценки степени утраты пациентом	Обучающийся демонстрирует фрагментарные навыки методов оценки	Обучающийся демонстрирует успешное и систематическое применение навыков

			бытовой и/или социальной самостоятельности в повседневной жизнедеятельности и навыками определения его потребности в реабилитационном (восстановительном) уходе и видах реабилитации	степени утраты пациентом бытовой и/или социальной самостоятельности в повседневной жизнедеятельности и навыками определения его потребности в реабилитационном (восстановительном) уходе и видах реабилитации	владения методами оценки степени утраты пациентом бытовой и/или социальной самостоятельности в повседневной жизнедеятельности и навыками определения его потребности в реабилитационном (восстановительном) уходе и видах реабилитации
ПК 11.2	Составляет индивидуальный план реабилитационного ухода совместно с пациентом/семьей	Знать: Принципы составления реабилитационных программ для пациентов с различной патологией	Обучающийся демонстрирует фрагментарные знания принципов составления реабилитационных программ для пациентов с различной патологией	Обучающийся демонстрирует сформированные систематические знания принципов составления реабилитационных программ для пациентов с различной патологией	
		Уметь: Составлять индивидуальный план реабилитационного ухода, исходя из потребностей пациента/семьи	Обучающийся демонстрирует фрагментарные умения составлять индивидуальный план реабилитационного ухода, исходя из потребностей пациента/семьи	Обучающийся демонстрирует сформированное умение составлять индивидуальный план реабилитационного ухода, исходя из потребностей пациента/семьи	
		Владеть: Навыками составления социально ориентированного индивидуального плана реабилитационного ухода	Обучающийся демонстрирует фрагментарные навыки составления социально ориентированного индивидуального плана реабилитационного ухода	Обучающийся демонстрирует успешное и систематическое применение навыков составления социально ориентированного индивидуального плана реабилитационного ухода	
ПК 11.3	Организует рабочее пространство и безопасную больничную среду, обучает семью адаптации жилого помещения к потребностям пациента и инвалида	Знать: Принципы организации безопасной среды для пациентов с различными проблемами со здоровьем, принципы организации рабочего пространства и безопасной больничной среды	Обучающийся демонстрирует фрагментарные знания принципов организации безопасной среды для пациентов с различными проблемами со здоровьем, принципов организации рабочего пространства и безопасной больничной среды	Обучающийся демонстрирует сформированные систематические знания принципов организации безопасной среды для пациентов с различными проблемами со здоровьем, принципов организации рабочего пространства и безопасной больничной среды	
		Уметь: Обучить семью и пациента навыкам адаптации жилого помещения к потребностям пациента и инвалида; организовать рабочее пространство и безопасную больничную среду	Обучающийся демонстрирует фрагментарные умения обучить семью и пациента навыкам адаптации жилого помещения к потребностям пациента и инвалида; организовать рабочее пространство и безопасную больничную среду	Обучающийся демонстрирует сформированное умение обучить семью и пациента навыкам адаптации жилого помещения к потребностям пациента и инвалида; организовать рабочее пространство и безопасную больничную среду	
		Владеть: Навыками создания безопасного рабочего	Обучающийся демонстрирует фрагментарные навыки создания безопасно-	Обучающийся демонстрирует успешное и систематическое применение навыков	

			<p>пространства и безопасной больничной среды, а также методологией обучения се- мьи и пациента навыкам адаптации жилого помеще- ния к потребностям пациен- та и инвалида</p>	<p>го рабочего пространства и безопасной больничной среды, а также методоло- гией обучения семьи и пациента навы- кам адаптации жилого помещения к потребностям пациента и инвалида</p>	<p>создания безопасного рабочего про- странства и безопасной больничной сре- ды, а также методологией обучения се- мьи и пациента навыкам адаптации жи- лого помещения к потребностям пациен- та и инвалида</p>
--	--	--	---	---	---

4.2 Шкала, и процедура оценивания

4.2.1. Процедуры оценивания компетенций (результатов)

№	Компоненты контроля	Характеристика
1.	Способ организации	традиционный;
2.	Этапы учебной деятельности	текущий контроль, промежуточная аттестация
3.	Лицо, осуществляющее контроль	преподаватель
4.	Массовость охвата	Групповой, индивидуальный;
5.	Метод контроля	Устный ответ, стандартизированный тестовый контроль, рефераты, решение ситуационных задач, проведение круглого стола

4.2.2. Шкалы оценивания компетенций (результатов освоения)

Для устного ответа:

- Оценка "отлично" выставляется студенту, если он глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, причем не затрудняется с ответом при видоизменении вопроса, использует в ответе материал монографической литературы, правильно обосновывает принятое решение, владеет разносторонними навыками и приемами обоснования своего ответа.
- Оценка "хорошо" выставляется студенту, если он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, владеет необходимыми навыками и приемами обоснования своего ответа.
- Оценка "удовлетворительно" выставляется студенту, если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала.
- Оценка "неудовлетворительно" выставляется студенту, который не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями излагает материал.
- Как правило, оценка "неудовлетворительно" ставится студентам, которые не могут изложить без ошибок, носящих принципиальный характер материал, изложенный в обязательной литературе.

Для стандартизированного тестового контроля:

Оценка «отлично» выставляется при выполнении без ошибок более 90 % заданий.

Оценка «хорошо» выставляется при выполнении без ошибок более 70 % заданий.

Оценка «удовлетворительно» выставляется при выполнении без ошибок более 50 % заданий.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется при выполнении без ошибок менее 50 % заданий.

Для оценки рефератов:

Оценка «отлично» выставляется, если реферат соответствует всем требованиям оформления, представлен широкий библиографический список. Содержание реферата отражает собственный аргументированный взгляд студента на проблему. Тема раскрыта всесторонне, отмечается способность студента к интегрированию и обобщению данных первоисточников, присутствует логика изложения материала. Имеется иллюстративное сопровождение текста.

Оценка «хорошо» выставляется, если реферат соответствует всем требованиям оформления, представлен достаточный библиографический список. Содержание реферата отражает аргументированный взгляд студента на проблему, однако отсутствует собственное видение проблемы. Тема раскрыта всесторонне, присутствует логика изложения материала.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если реферат не полностью соответствует требованиям оформления, не представлен достаточный библиографический список. Аргументация взгляда на проблему не достаточно убедительна и не охватывает полностью современное состояние проблемы. Вместе с тем присутствует логика изложения материала.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если тема реферата не раскрыта, отсутствует убедительная аргументация по теме работы, использовано не достаточное для раскрытия темы реферата количество литературных источников.

Для оценки решения ситуационной задачи:

Оценка «отлично» выставляется, если задача решена грамотно, ответы на вопросы сформулированы четко. Эталонный ответ полностью соответствует решению студента, которое хорошо обосновано теоретически.

Оценка «хорошо» выставляется, если задача решена, ответы на вопросы сформулированы не достаточно четко. Решение студента в целом соответствует эталонному ответу, но не достаточно хорошо обосновано теоретически.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если задача решена не полностью, ответы не содержат всех необходимых обоснований решения.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если задача не решена или имеет грубые теоретические ошибки в ответе на поставленные вопросы

Для оценки проведения круглого стола

Отлично: все компетенции, предусмотренные в рамках дисциплины (в объеме, знаний, умений и владений) освоены полностью. Уровень освоения компетенции – повышенный. Обучающийся активно решает поставленные задачи, демонстрируя свободное владение предусмотренными навыками и умениями на основе использования полученных знаний.

Хорошо: все компетенции, предусмотренные в рамках дисциплины (в объеме, знаний, умений и владений) освоены полностью. Уровень освоения компетенции – достаточный. Обучающийся решает поставленные задачи, иногда допуская ошибки, не принципиального характера, легко исправляет их самостоятельно при наводящих вопросах преподавателя; демонстрирует владение предусмотренными навыками и умениями на основе использования полученных знаний.

Удовлетворительно: все компетенции, предусмотренные в рамках дисциплины (в объеме, знаний, умений и владений) освоены полностью. Уровень освоения компетенции – пороговый. Обучающийся при решении поставленные задачи, часто допускает ошибки, не принципиального характера, исправляет их при наличии большого количества наводящих вопросов со стороны преподавателя; не всегда полученные знания может в полном объеме применить при демонстрации предусмотренных программой дисциплины навыками и умениями.

Неудовлетворительно: все компетенции, предусмотренные в рамках дисциплины (в объеме, знаний, умений и владений) не освоены или освоены частично. Уровень освоения компетенции – подпороговый. Обучающийся при решении поставленные задачи, допускает ошибки принципиального характера, не может их исправить даже при наличии большого количества наводящих вопросов со стороны преподавателя; знания по дисциплине фрагментарны и обучающийся не может в полном объеме применить их при демонстрации предусмотренных программой дисциплины навыками и умениями.

4.3. Шкала и процедура оценивания промежуточной аттестации

Критерии оценивания зачета (в соответствии с п.4.1):

«Зачтено» - выставляется при условии, если студент показывает хорошие знания изученного учебного материала; самостоятельно, логично и последовательно излагает и интерпретирует материалы учебного курса; полностью раскрывает смысл предлагаемого вопроса; владеет основными терминами и понятиями изученного курса; показывает умение переложить теоретические знания на предполагаемый практический опыт.

«Не зачтено» - выставляется при наличии серьезных упущений в процессе изложения учебного материала; в случае отсутствия знаний основных понятий и определений курса или присутствии большого количества ошибок при интерпретации основных определений; если студент показывает значительные затруднения при ответе на предложенные основные и дополнительные вопросы; при условии отсутствия ответа на основной и дополнительный вопросы.