

ОҢТҰСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Гигиена и эпидемиологи»		
Методические указания для практических занятий		044/58-19- из 12 стр 1

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

Дисциплина: Окружающая среда и здоровье-2

Код дисциплины: OSZ 4201-2

Название ОП: 6В10111 «Общественное здравоохранения»

Объем учебных часов/кредитов: 150 часов (5 кредита)

Курс и семестр изучения: 4 курс, 8 семестр

OŇTÜSTIK-QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Социальное медицинское страхование и общественное здоровье»		044/58-19-
Методические указания для практических занятий		из 32 стр 2

Методические указания для практических занятий разработаны в соответствии с рабочей программой дисциплины (силлабусом) и обсуждены на заседании кафедры.

Протокол № 10 от «23» «05» 2023 г.

Зав. кафедрой, к.м.н., и.о. доцента:



Утепов П.Д.

Занятие №1

1. Тема: Анатомо-физиологические особенности детей школьного возраста.

OŇTÜSTIK-QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Социальное медицинское страхование и общественное здоровье»		044/58-19-
Методические указания для практических занятий		из 32 стр 3

2. Цель: ознакомить обучающихся с анатомо-физиологическими особенностями детей школьного возраста.

3. Задачи обучения:

Обучающийся должен знать и уметь:

1. Морфофункциональные особенности детей младшего школьного возраста.
2. Морфофункциональные особенности детей среднего школьного возраста.
3. Морфофункциональные особенности подростков.
4. Типы высшей нервной деятельности детей.

4. Основные вопросы темы:

1. Рост и развитие скелета.
2. Рост и развитие нервной системы.
3. Развитие двигательного аппарата.

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: работа в малых группах

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины: устный опрос, решение тестовых заданий

7. Литература: см. приложение 1.

8. Контроль (вопросы):

1. Что характерно для физиологического развития ребенка младшего школьного возраста?
2. Расскажите об анатомо-физиологических и психологических особенностях детей младшего школьного возраста.
3. Расскажите об анатомо-физиологических и психических особенностях детей среднего школьного возраста.
4. Расскажите об анатомо-физиологических особенностях подростков.

Занятие №2

1. Тема: Физическое развитие, основные показатели и методика проведения.

2. Цель: освоить комплексную оценку физического развития школьников.

3. Задачи обучения:

Обучающийся должен знать и уметь:

1. Методы оценки полового созревания.
2. Методы оценки физиометрических показателей подростков.
3. Оценка физического развития по шкалам регрессии.
4. Метод сигмальных отклонений.

4. Основные вопросы темы:

1. Показатели уровня биологического развития детей школьного возраста.
2. Основные проблемы физического развития школьников.
3. Роль физического развития в оценке школьной зрелости.

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: работа в малых группах

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины: устный опрос, решение ситуационных задач

7. Литература: см. приложение 1.

8. Контроль (вопросы):

1. В чем особенность физического развития детей младшего школьного возраста?
2. В чем особенность физического развития детей среднего школьного возраста?
3. В чем особенность физического развития подростков?

OŇTÜSTIK-QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Социальное медицинское страхование и общественное здоровье»		044/58-19-
Методические указания для практических занятий		из 32 стр 4

4. Что такое акселерация и каковы ее причины?

5. В чем проявляется акселерация?

Занятие №3

1. Тема: Методы оценки состояния здоровья детей и подростков.

2. Цель: приобретение навыков изучения и анализа данных о состоянии здоровья школьников и умений по разработке рекомендаций оздоровительного характера.

3. Задачи обучения:

Обучающийся должен знать и уметь:

1. Показатели и группы здоровья детей и подростков.
2. Проводить исследование и оценку состояния здоровья детей в организованных коллективах.
3. Разработать комплекс программ по коррекции здоровья.

4. Основные вопросы темы:

1. Общая заболеваемость, заболеваемость по отдельным нозологическим формам.
2. Структура заболеваемости школьников.
3. Методы изучения заболеваемости.

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: работа в малых группах

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины: устный опрос, решение ситуационных задач

7. Литература: см. приложение 1.

8. Контроль (вопросы):

1. В чем причина плохого здоровья детей школьного возраста?
2. Какие заболевания наиболее часто выявляют у школьников?
3. Как сохранить здоровье ребенка в школьные годы?
4. Какие Вы знаете методы изучения заболеваемости?

Занятие №4

1. Тема: Гигиенические основы режима дня школьников.

2. Цель: формирование у обучающихся гигиенических теоретических знаний о принципах построения режима дня детей, влиянии их на здоровье детского населения.

3. Задачи обучения:

Обучающийся должен знать и уметь:

1. Основные компоненты режима дня школьников.
2. Физиолого-гигиенические основы режима дня школьника.
3. Гигиенические основы учебно-воспитательного процесса в школе.

4. Основные вопросы темы:

1. Порядок дня ученика младших классов.
2. Режим дня учеников средних классов.
3. Режим дня подростков.

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: работа в малых группах

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины: устный опрос, решение ситуационных задач

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Социальное медицинское страхование и общественное здоровье»		044/58-19-
Методические указания для практических занятий		из 32 стр 5

7. Литература: см. приложение 1.

8. Контроль (вопросы):

1. Что входит в режим дня школьника?
2. Каким должен быть режим дня для школьников?
3. Как организовать режим учебы и отдыха для школьника?
4. Как отслеживать режим дня школьника?

Занятие №5

1. Тема: Нормирование учебной нагрузки в современных общеобразовательных школах.

2. Цель: ознакомить обучающихся с гигиеническими требованиями к режиму образовательного процесса.

3. Задачи обучения:

Обучающийся должен знать и уметь:

1. Структуру общего среднего и профессионального образования.
2. Гигиенические требования к режиму образовательного процесса.
3. Нормирование учебной нагрузки.
4. **Основные вопросы темы:**
 1. Образовательная недельная нагрузка.
 2. Составление расписаний уроков.
 3. Продолжительность перемен.

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: работа в малых группах

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины: устный опрос, решение ситуационных задач

7. Литература: см. приложение 1.

8. Контроль (вопросы):

1. Какова максимально допустимая недельная нагрузка для учащихся 1-11 классов?
2. Допускается ли проведение сдвоенных уроков в начальной школе?
3. После какого урока отмечается значительное снижение работоспособности у младших школьников?
4. В какие дни недели отмечается наивысшая работоспособность учащихся?
5. Как должен выглядеть график недельной нагрузки для учащихся младшего возраста?
6. Какое распределение учебной нагрузки предпочтительно для старших школьников?

Занятие №6

1. Тема: Методика санитарной оценки проектов школ и колледжей.

2. Цель: углубить знания о методике санитарной оценки проектов школ и колледжей.

3. Задачи обучения:

Обучающийся должен знать и уметь:

1. Основные задачи санитарного врача при рассмотрении проектов.
2. Официальные законодательства необходимые для руководства при рассмотрении проектов.
3. Программа санитарной экспертизы проектов.
4. **Основные вопросы темы:**
 1. Законодательные и нормативные документы используемые для рассмотрении проектов школ и колледжей.

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ  SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»		
Кафедра «Социальное медицинское страхование и общественное здоровье»		044/58-19- из 32 стр 6
Методические указания для практических занятий		

2. Гигиенические требования к размещению школ и колледжей на территории города.
3. Проектирование учебно-спортивных, культурно-массовых, административно-служебных помещений и медпункта.
4. Гигиенические принципы организации учебно-производственного процесса в средних профессионально-технических колледжах.
- 5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины:** работа в малых группах
- 6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:** устный опрос, решение ситуационных задач
- 7. Литература:** см. приложение 1.
- 8. Контроль (вопросы):**
 1. Назовите основные санитарные нормы, регулирующие вопросы размещения школ и колледжей.
 2. Расскажите о гигиенических требованиях к размещению школ и колледжей на территории города и сельской местности.
 3. Какие гигиенические требования предъявляются к внутренней планировке школьного здания и колледжей?
 4. Принципы нормирования искусственного освещения в учебных и в учебно-производственных мастерских.

Занятие №7

- 1. Тема:** Организация питания в детских учреждениях.
- 2. Цель:** ознакомить обучающихся с правилами организации питания в организациях образования.
- 3. Задачи обучения:**
Обучающийся должен знать и уметь:
 1. Правила организации питания в организациях образования.
 2. Нормативно-правовые акты, регулирующие школьное питание.
 3. Продукты запрещенные в школьных столовых.
- 4. Основные вопросы темы:**
 1. Полноценное питание школьников.
 2. Организация горячего питания в школьных столовых.
 3. Качества продуктов питания в школьных столовых.
- 5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины:** работа в малых группах и с нормативной документацией
- 6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:** устный опрос, решение ситуационных задач
- 7. Литература:** см. приложение 1.
- 8. Контроль (вопросы):**
 1. Кому положено бесплатное питание в школах?
 2. Каким должно быть питание школьников, чтобы оно считалось здоровым?
 3. В чем опасность излишков сахара, соли, насыщенных жиров, переработанных продуктов?
 4. Какова ответственность родителей и школы в воспитании здоровых привычек у детей?
 5. Как родители могут проследить за качеством школьного питания?

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Социальное медицинское страхование и общественное здоровье»		044/58-19-
Методические указания для практических занятий		из 32 стр 7

Занятие №8

1. Тема: Методика обследования пищеблока школ.

2. Цель: ознакомить обучающихся с методикой обследования пищеблока школ.

3. Задачи обучения:

Обучающийся должен знать и уметь:

1. Основные гигиенические принципы планировки пищеблока школ.
2. Состав и гигиенические требования к помещениям пищеблока.
3. Требования к оборудованию пищеблока.

4. Основные вопросы темы:

1. Нормативно-правовая документация пищеблока.
2. Общая характеристика пищеблока.
3. Санитарно-техническая характеристика пищеблока.
4. Требования к производственным помещениям.

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: работа в малых группах и с нормативной документацией

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины: устный опрос, решение ситуационных задач

7. Литература: см. приложение 1.

8. Контроль (вопросы):

1. Кто осуществляют контроль за организацией питания в общеобразовательной организации?
2. Какие помещения пищеблока относятся к производственным и вспомогательным?
3. Расскажите о требованиях предъявляемые к внутренней отделке пищеблока.
4. Какие требования предъявляются к технологическому оборудованию и инвентарю пищеблока?

Занятие №9

1. Тема: Современные требования к школьной мебели.

2. Цель: ознакомить обучающихся с современными требованиями к школьной мебели.

3. Задачи обучения:

Обучающийся должен знать и уметь:

1. Требования, предъявляемые к школьной мебели.
2. Маркировку школьной мебели.
3. Материалы, используемые для изготовления школьной мебели.

4. Основные вопросы темы:

1. Основной нормативный документ, регламентирующий требования к учебной мебели.
2. Функциональные и качественные характеристики школьной мебели.
3. Маркировка школьной мебели.
4. Расстановка школьной мебели.

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: работа в малых группах

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины: устный опрос, решение ситуационных задач

7. Литература: см. приложение 1.

8. Контроль (вопросы):

1. Какие требования предъявляются к школьной мебели?

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Социальное медицинское страхование и общественное здоровье»		044/58-19-
Методические указания для практических занятий		из 32 стр 8

2. Чему должна соответствовать школьная мебель?
3. Какой должна быть мебель современного производства?
4. Как проводятся цветовая и числовая маркировка мебели?
5. Как правильно выбрать мебель для школы?

Занятие №10

1. Тема: Физиологические методы для оценки работоспособности функционального состояния ЦНС.

2. Цель: ознакомить обучающихся с физиологическими методами для оценки работоспособности функционального состояния ЦНС.

3. Задачи обучения:

Обучающийся должен знать и уметь:

1. Понятие функционального состояния человека.
2. Методы для оценки ЦНС.
3. Регуляция негативных функциональных состояний.

4. Основные вопросы темы:

1. Стадии работоспособности.
2. Фазы работоспособности.
3. Особенности умственного утомления и переутомления.
4. Изменения работоспособности в течение дня.

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: работа в малых группах

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины: устный опрос, решение ситуационных задач

7. Литература: см. приложение 1.

8. Контроль (вопросы):

1. Понятие функционального состояния.
2. Назовите способы оценки функционального состояния.
3. Влияние эмоциональной нагрузки на функциональное состояние школьников.
4. Расскажите о физиологических методах для оценки работоспособности функционального состояния ЦНС.

Занятие №11

1. Тема: Санитарно-гигиеническое обследование общеобразовательной школы.

2. Цель: ознакомить обучающихся с методикой проведения санитарно-гигиенического обследования общеобразовательной школы.

3. Задачи обучения:

Обучающийся должен знать и уметь:

1. План проведения санитарно-гигиенической экспертизы проекта школы.
2. Расположение здания на земельном участке.
3. Расположение помещений по блокам и этажам.

1. Основные вопросы темы:

1. Пояснительная записка.
2. Ситуационный план местности.
3. Генеральный и поэтажный план здания.

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: работа в малых группах

OŃTÜSTIK-QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Социальное медицинское страхование и общественное здоровье»		044/58-19-
Методические указания для практических занятий		из 32 стр 9

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины: устный опрос, решение ситуационных задач

7. Литература: см. приложение 1.

8. Контроль (вопросы):

1. Расскажите о санитарно-эпидемиологических требованиях к размещению общеобразовательных организаций.
2. Какие требования предъявляются к земельному участку?
3. Назовите требования предъявляемые к зданию школ.

Занятие №12

1. Тема: Гигиеническое обучение и воспитание школьников.

2. Цель: ознакомить обучающихся с методами гигиенического обучения школьников.

3. Задачи обучения:

Обучающий должен знать и уметь:

1. Основные задачи гигиенического обучения и воспитания школьников.
2. Методы и средства гигиенического обучения.

4. Основные вопросы темы:

1. Значение гигиенического обучения и воспитания в формировании ЗОЖ школьников.
2. Основная цель гигиенического обучение и воспитание школьников.
3. Основные направления гигиенического обучения.

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: работа в малых группах

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины: устный опрос, решение ситуационных задач

7. Литература: см. приложение 1.

8. Контроль (вопросы):

1. Что входит в гигиеническое воспитание?
2. Что является задачей гигиенического обучения и воспитания?
3. Какие методы используется для гигиенического обучения?
4. Как осуществляется гигиеническое обучение и воспитание?

Приложение №1

Основная литература:

1. Бөлешов М.Ә. Балалар мен жасөспірімдер гигиенасы: оқулық-Эверо, 2015.

OŇTÜSTIK-QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Социальное медицинское страхование и общественное здоровье»		044/58-19-
Методические указания для практических занятий		из 32 стр 10

2. Ерманова С.А. Балалар мен жасөспірімдер гигиенасы. - Ақ-нұр, 2014
3. Кучма, В. Р. Балалар мен жасөспірімдер гигиенасы: оқулық. - М. : ГЭОТАР - Медиа, 2014. - 464 бет.
4. Гигиена учебник / М-во образования и науки РФ ; под ред. П. И. Мельниченко. - ; Рек. ГБОУ ВПО "Первый Моск. гос. мед. ун-т им. И. М. Сеченова". - М. : ГЭОТАР - Медиа, 2014. - 656 с.

Дополнительная литература:

1. Ордабеков, С. О. Жас ерекшелік анатомиясы, физиологиясы және гигиенасы: оқу құралы - Қарағанды : ЖК "Ақ Нұр", 2012.
2. Сборник заданий по общей гигиене [Текст] : учебно методическое пособие / М. Г. Калишев [и др.]. - М. : "Литтерра", 2016. - 224 с. : ил

Электронные издания:

1. Кучма, В. Р. Балалар мен жас өспірімдер гигиенасы [Электронный ресурс]: оқулық / - Электрон. текстовые дан. (45,6 Мб). - М. : ГЭОТАР - Медиа, 2016. - 464 бет. эл. опт. диск (CD-ROM).
2. Жалпы гигиена [Электронный ресурс] : оқулық / А. М. Большаков ; қаз. тіл. ауд. М. Б. Жандаулетова. - 3-бас. , қайта өңд. және толық. - Электрон. текстовые дан. (46.8Мб). - М. : ГЭОТАР - Медиа, 2015. - 400бет с
3. Жалпы гигиена. Рыскулова А.Р., Кошкимбаева С.А. , 2017 /<https://aknurpress.kz/login>
4. Балалар мен жасөспірімдер гигиенасы. Бейсембаева З.И., Бейсенбаев М.С. , 2019/<https://aknurpress.kz/login>
5. Балалар мен жасөспірімдер гигиенасы Ерманова С.А.2019/<https://aknurpress.kz/login>
6. Бөлешов, М.Ә. Балалар мен жасөспірімдер гигиенасы : Оқулық. . - Алматы: Отан, 2018. - 180 б. - <http://rmebrk.kz/>
7. Габдулхаева, Б.Б. Анатомия, физиология и гигиена ЖКТ: Учебно-методическое пособие. - Павлодар: ПГПИ, 2015. - 112с. <http://rmebrk.kz/>
8. Бөлешов, М. Ә. Балалар мен жасөспірімдер гигиенасы [Мәтін] : оқулық / М. Ә. Бөлешов. - Алматы: Эверо, 2017. - 171 б. <http://elib.kaznu.kz/>
9. Борисевич, Ярослав Николаевич. Общая гигиена [Текст] : учеб.-метод. пособие / Я. Н. Борисевич, Н. В. Рябова; М-во здрав. РБ, БГМУ, Каф. общей гигиены. - 2-е изд. - Минск: БГМУ, 2013. - 72 с. <http://elib.kaznu.kz/>
10. Жалпы гигиена [Электрондық ресурс] : оқулық / Ү. И. Кенесариев [және т. б.]; ҚР Білім және ғылым м-гі, С. Ж. Асфендияров атын. ҚазҰМУ. - Алматы: Б.и., 2013. - 656 б. <http://elib.kaznu.kz/>
11. Жалпы гигиена бойынша таңдамалы дәрістер [Электрондық ресурс] : оқу құралы / Ж. Ж. Жарылқасын [және т. б.]; ҚР Денсаулық сақтау м-гі, ҚарММУ. - Қарағанды : Б.и., 2013. - 160 б. <http://elib.kaznu.kz/>
12. Кенжегулова Б.З. Балалар мен жасөспірімдер гигиенасы пәнінен стандарттар жинағы: Б.З. Кенжегулова/Алматы: Эверо, 2020. – 84 б. https://www.elib.kz/ru/search/read_book/2802/
13. Имангазинов С.Б. Образ жизни и здоровье детей: 2-е изд., исправл. и доп./ С.Б. Имангазинов, К.Г. Шарапатова. - Алматы: издательство «Эверо», 2020.- 188 с. https://www.elib.kz/ru/search/read_book/578/

ОҢТҮСТІК-QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ  SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»	
Кафедра «Социальное медицинское страхование и общественное здоровье»	044/58-19- из 32 стр 11
Методические указания для практических занятий	

14. Бөлешов М.Ә.Балалар мен жасөспірімдер гигиенасы: Оқулық/ Алматы:
Эверо,2020 ж.- 172 б. https://www.elib.kz/ru/search/read_book/675/

ОҢТҰСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»	
Кафедра «Социальное медицинское страхование и общественное здоровье»	044/58-19- из 32 стр 12
Методические указания для практических занятий	