

**Медицинский колледж при АО «Южно-Казахстанская  
медицинская академия»**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ**

Специальность: 09130100 «Сестринское дело»

Квалификация: 5AB09130101 «Прикладной бакалавр сестринского дела»

Форма обучения: очное

Нормативный срок обучения: 1 год 6 месяцев

Индекс циклов и дисциплин: СД 04

Курс: 1

Семестр: 1

Дисциплина: «Укрепление здоровья»

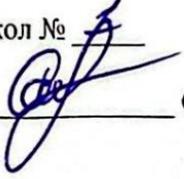
Форма контроля: Экзамен

Общая трудоемкость всего часов/кредитов КЗ: 48/2

ONȚŪSTIK-QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SKMA -1979-	SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-1»	№72/11 ( )	
Методические рекомендации для практических занятий	2 стр из 16	

Методические рекомендации для практических занятий составлены на основе рабочей учебной программы по дисциплине «Укрепление здоровья» и утвержден на заседании кафедры.

«17» 08 2024 г. Протокол № 1

Заведующий кафедрой  Серикова Б.Д.

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН <b>MEDISINA          АКАДЕМИАСЫ</b> «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 <b>SKMA</b> -1979-	SOUTH KAZAKHSTAN <b>MEDICAL          ACADEMY</b> АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-1»	№72/11 ( )	
Методические рекомендации для практических занятий	3 стр из 16	

## 1-занятия

**1. Тема:** Теоретические основы укрепление здоровья и пропаганды здорового образа жизни.

**2. Цель:** Обучение студентов теоретическим основам укрепления здоровья и пропаганды здорового образа жизни.

**3. Студент должен знать:**

- Знать о целях и задачах укрепления здоровья.

**Студент должен уметь:**

- Уметь разрабатывать основные методы укрепления здоровья.

**4. Основные вопросы:**

- Понятие здоровья.
- Понятие здорового образа жизни.

**5. Методы преподавания и обучения (малые группы, дискуссии, ситуационные задачи, работа в парах, презентации, тематические исследования и т. д.).**

1. Анализ темы с помощью вопросов по теме.
2. Работа с малыми группами.
3. Презентация темы урока с помощью компьютера (ПК, мультимедийный проектор).
4. Решение ситуационных задач.
5. Решение тестов по теме.

**6. Литература:**Смотреть последнюю страницу.

**7.Контроль (тесты, задачи и др.)**

**Тесты:**

1. Слово «профилактика» происходит от греческого слова «prophylaktikos»:

- A. предупреждение
- B. лечение
- C. диагностика
- D. эксклюзивный
- E. записанный

2. Первичная профилактика – это:

- A. полное устранение вредного фактора
- B. гигиеническое регулирование факторов окружающей среды
- C. комплекс мер по предупреждению осложнений заболеваний
- D. комплекс мероприятий по реабилитации после лечения
- E. комплекс мероприятий по лечению больных с различными заболеваниями

3. Основы первичной профилактики:

- A. раннее выявление патологических состояний
- B. гигиеническое регулирование факторов окружающей среды
- C. комплекс мер по предупреждению осложнений заболеваний
- D. комплекс мероприятий по реабилитации после лечения
- E. комплекс мероприятий по лечению больных с различными заболеваниями

4. НЕ относится к этапам оценки риска факторов окружающей среды, влияющих на здоровье человека:

- A. управление рисками
- B. оценка зависимости «доза-реакция»
- C. выявление вредных факторов
- D. оценка экспозиции
- E. описание риска

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН <b>MEDISINA</b> <b>AKADEMIASY</b> «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 <b>SKMA</b> -1979-	SOUTH KAZAKHSTAN <b>MEDICAL</b> <b>ACADEMY</b> АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-1»		№72/11 ( )
Методические рекомендации для практических занятий		4 стр из 16

5. К факторам окружающей среды и условиям жизни, влияющим на рост и развитие, НЕ относятся:

- A. наследственность
- B. состав питьевой воды
- C. количество дневной активности
- D. еда
- E. социальные условия жизни

6. НЕ относится к основным компонентам здорового образа жизни:

- A. правильное поведение в окружающей среде
- B. оптимальный режим движения
- C. отсутствие вредных привычек
- D. высокая лечебная активность
- E. соблюдение гигиенических норм и правил учёбы, труда, отдыха, режима питания

7. Обобщенный ведущий фактор, определяющий основные тенденции изменения здоровья:

- A. образ жизни
- B. профилактика
- C. лечение
- D. служба труда
- E. здравоохранение

8. Структура доходов на душу населения:

- A. уровень жизни
- B. стиль жизни
- C. качество жизни
- D. жизненный путь
- E. образ жизни

9. Измеримые параметры, характеризующие степень материальной обеспеченности человека:

- A. качество жизни
- B. уровень жизни
- C. образ жизни
- D. стиль жизни
- E. жизненный путь

10. Психологические индивидуальные особенности поведения:

- A. стиль жизни
- B. образ жизни
- C. уровень жизни
- D. жизненный путь
- E. качество жизни

### **Ситуационные задачи:**

Мария Ивановна, женщина 30 лет. Работает вахтером в общежитие. Страдает ожирением, при массе тела-120 кг, ее рост 165 см. Она очень любит покушать: тортики, конфеты, бутерброды с салом и ветчиной и т.д. Двигается мало. Живет на первом 33 этаже, рядом с домом. После работы идёт в магазин, и весь день смотрит сериалы по телевизору, лежа на диване. Она не замужем. Родители умерли, живет одна. Работа, еда и телевизор - это вся её жизнь. Больной себя не считает.

1. Выявите факторы риска, имеющиеся у Марии Ивановны.
2. Определите ИМТ и объясните его значение.

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН <b>MEDISINA          АКАДЕМИАСЫ</b> «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 <b>SKMA</b> -1979-	SOUTH KAZAKHSTAN <b>MEDICAL          ACADEMY</b> АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-1»		№72/11 ( )
Методические рекомендации для практических занятий		5 стр из 16

Новорожденный родился у здоровой матери, роды физиологические, вес при рождении 3300г. На 5-е сутки при выписке вес 3200г.

1. Какова потеря веса у ребенка?
2. Дайте рекомендации матери по уходу за ребенком

## 2-занятия

**1. Тема:** Принципы организации профилактических программ укрепления здоровья. Концепция укрепления здоровья и профилактики заболеваний.

**2. Цель:** Обучить принципам организации профилактических программ укрепления здоровья. Объяснить концепцию укрепления здоровья и профилактики заболеваний.

**3. Студент должен знать:**

- Знать цель профилактики укрепления здоровья.

**Студент должен уметь:**

- Уметь разрабатывать программы укрепления здоровья.

**4. Основные вопросы:**

- Меры по укреплению здоровья.
- Организация профилактических программ по укреплению здоровья.

**5. Методы преподавания и обучения (малые группы, дискуссии, ситуационные задачи, работа в парах, презентации, тематические исследования и т. д.).**

1. Анализ темы с помощью вопросов по теме.
2. Работа с малыми группами.
3. Презентация темы урока с помощью компьютера (ПК, мультимедийный проектор).
4. Решение ситуационных задач.
5. Решение тестов по теме.

**6. Литература:** Смотреть последнюю страницу.

**7. Контроль (тесты, задачи и др.)**

**Тесты:**

1. К социально-экономическим факторам, влияющим на здоровье человека, относятся:

- A. образ жизни и состояние здоровья, политика здравоохранения
- B. условия и образ жизни, вода и температура
- C. условия и образ жизни, воздух и влажность
- D. условия и образ жизни, административная политика
- E. образ жизни и состояния, наследственность и заболевания

2. ... образа жизни входит в число факторов, влияющих на здоровье.

- A. 50%
- B. 20%
- C. 40%
- D. 60%
- E. 10%

3. Среди факторов, влияющих на состояние здоровья ... является здравоохранением.

- A. 10%
- B. 20%
- C. 40%
- D. 60%
- E. 50%

4. К климатогеографическим факторам, влияющим на здоровье человека, относятся...

- A. вода и воздух
- B. условия и образ жизни

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН <b>MEDISINA          АКАДЕМИАСЫ</b> «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 <b>SKMA</b> -1979-	SOUTH KAZAKHSTAN <b>MEDICAL          ACADEMY</b> АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-1»		№72/11 ( )
Методические рекомендации для практических занятий		6 стр из 16

- С. экономика и экология
- D. здоровье и болезнь
- Е. наследственность и заболеваемость
- 5. К биологическим факторам, влияющим на здоровье человека, относятся...
  - A. наследственность, пол и возраст
  - B. здоровье и болезнь
  - C. вода и температура
  - D. воздух и влажность
  - Е. образ жизни и условия
- 6. Количественный показатель жилищных условий:
  - A. уровень жизни
  - B. качество жизни
  - C. образ жизни
  - D. условия проживания
  - Е. жизненные факторы
- 7. НЕ относится к планированию семьи:
  - A. индивидуальная проблема жителя каждого края
  - B. неиспользованные резервы в женском здравоохранении
  - C. обеспечение контроля репродуктивной функции
  - D. прерывание беременности
  - Е. профилактика беременности у женщин
- 8. НЕ относится к международным принципам планирования семьи:
  - A. предупреждение о выкидыше в группе «низкого риска»
  - B. избежать нежелательной беременности
  - C. регулирование интервала между беременностями
  - D. определение количества детей в семье
  - Е. контроль сроков вынашивания ребенка в зависимости от возраста родителей
- 9. Целью планирования семьи является...
  - A. снижение количества выкидышей и материнской смертности
  - B. улучшение качества жизни населения
  - C. совершенствование и развитие услуг по планированию семьи
  - D. мониторинг и оценка услуг по планированию семьи
  - Е. подготовка пары к рождению ребенка
- 10. Охрана репродуктивного здоровья не включает:
  - A. пропаганда абортотв
  - B. информация-консультация
  - C. вскармливание материнским молоком
  - D. профилактика бесплодия
  - Е. профилактика сифилиса

**Ситуационные задачи:**

Семен Семенович, мужчина 40 лет, очень боится заболеть раком. Это боязнь связанна с тем, что члены его семьи: отец, мать, брат и три сестры умерли от онкологических заболеваний разной локализации (рак желудка, печени, легких).

С.С. ежегодно, с 35 лет, проходит полное клинико-диагностическое обследование в престижном медицинском центре в Израиле. Уже пять лет заключение врачей центра единодушное: здоров. С.С. курит последние два года, он считает, что курение его успокаивает. Любит загорать на пляжах Средиземноморья, алкоголь употребляет крайне редко.

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН <b>MEDISINA          АКАДЕМИАСЫ</b> «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 <b>SKMA</b> -1979-	SOUTH KAZAKHSTAN <b>MEDICAL          ACADEMY</b> АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-1»	№72/11 ( )	
Методические рекомендации для практических занятий	7 стр из 16	

1. Необходимые мероприятия для укрепления здоровья
2. Методы профилактики онкологических заболеваний

### 3-занятия

**1. Тема:** Национальные и международные стратегии и программы управления улучшением здоровья, пропагандой здорового образа жизни.

**2. Цель:** Научить студентов пропаганде здорового образа жизни.

**3. Студент должен знать:**

- Знать цель профилактики укрепления здоровья.

**Студент должен уметь:**

- Уметь разрабатывать концепцию укрепления здоровья

**4. Основные вопросы:**

- Организация работы Центров здоровья.
- Цель планирования повестки дня.

**5. Методы преподавания и обучения (малые группы, дискуссии, ситуационные задачи, работа в парах, презентации, тематические исследования и т. д.).**

1. Анализ темы с помощью вопросов по теме.
2. Работа с малыми группами.
3. Презентация темы урока с помощью компьютера (ПК, мультимедийный проектор).
4. Решение ситуационных задач.
5. Решение тестов по теме.

**6. Литература:** Смотреть последнюю страницу.

**7. Методы преподавания и обучения:**

- Лекция: обзор
- Презентация, реферат, тест, глоссарий.

**8. Контроль (тесты, задачи и др.)**

**Тесты:**

1. Один из принципов планирования семьи:

- A. соблюдение интервала между родами не менее 2,5-3 лет
- B. соблюдать интервалы между родами не менее 3,5-4 лет
- C. увеличить число рождений
- D. увеличить количество абортов
- E. проведение женской стерилизации, имеющих 2 и более детей

2. НЕ относится к основным факторам женского бесплодия:

- A. неблагоприятные жилищные условия
- B. врожденные аномалии строения половых органов
- C. нарушение менструального цикла
- D. опухолевые образования
- E. психическое расстройство

3. Нарушение репродуктивного здоровья, ... влияет на медико-демографические показатели.

- A. детская смертность
- B. продолжительность жизни
- C. качество жизни
- D. уровень жизни
- E. рождаемость

4. По данным ВОЗ, в последние 20-30 лет бесплодные браки составляют ... из всех браков.

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН <b>MEDISINA</b> <b>AKADEMIASY</b> «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN <b>MEDICAL</b> <b>ACADEMY</b> АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-1»	№72/11 ( )
Методические рекомендации для практических занятий	8 стр из 16

- A. 12-18%
  - B. 20-25%
  - C. 30-35%
  - D. 40-45%
  - E. 5-8%
5. Первичная заболеваемость – это ...
- A. заболевание, выявленные впервые в этом году
  - B. заболевание, зарегистрированное врачом и записанное им в медицинской документации.
  - C. совокупность всех заболеваний среди населения
  - D. с учетом всех заболеваний (инфекционных, неинфекционных)
  - E. заболевание, выявленные при целевых медицинских осмотрах
6. Люди без жалоб, хронических заболеваний, функциональных отклонений и органических изменений относятся к ... группе здоровья.
- A. первой
  - B. второй
  - C. третьей
  - D. четвертой
  - E. пятой
7. Предмет, представляющий собой совокупность знаний о здоровье и здоровом образе жизни, называется:
- A. валеология
  - B. биология
  - C. деонтология
  - D. биоэтика
  - E. биостатистика
8. Личное здоровье и резервы здоровья человека, а также здоровый образ жизни являются предметом исследования:
- A. валеологии
  - B. биологии
  - C. деонтологии
  - D. биоэтики
  - E. биостатистики
9. Исследования, проводимые на беременных женщинах с целью выявления групп риска:
- A. перинатальный скрининг
  - B. когортные исследования
  - C. неонатальный скрининг
  - D. рандомизированные исследования
  - E. послеродовой скрининг
10. Диспансеризация осуществляется ...
- A. в два этапа
  - B. в четыре этапа
  - C. в три этапа
  - D. в один этап
  - E. в шесть этапов

**Ситуационные задачи:**

Девочка В., 1 год. ребенок от I беременности, I преждевременных родов на 36 недели. беременность протекала на фоне анемии, отеков, повышенного АД во второй половине. Масса при рождении 2100, рост 48 см. Оценка новорожденного по шкале Апгар 6/7 баллов.

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН <b>MEDISINA          АКАДЕМИАСЫ</b> «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 <b>SKMA</b> -1979-	SOUTH KAZAKHSTAN <b>MEDICAL          ACADEMY</b> АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-1»		№72/11 ( )
Методические рекомендации для практических занятий		9 стр из 16

К груди приложена на 3 сутки, с 2-х недель переведена на искусственное вскармливание. С 1 месяца получала лечение по поводу дисбактериоза кишечника. С 6 месяцев отмечается снижение гемоглобина до 80 г/л В питании до 11 месяцев мясо отсутствовало.

1. Оцените медико-биологический анамнез
2. Выделите факторы риска

#### 4-занятия

**1. Тема:** Нормативные документы и регламенты, регулирующие профилактическую деятельность. Методы и технологии, используемые для укрепления здоровья.

**2. Цель:** Объясните виды нормативных документов и положений, регулирующих профилактическую деятельность. Обучить студентов методам и технологиям, используемым для укрепления здоровья.

**3. Студент должен знать:**

- Знать нормативные документы, регулирующие профилактическую деятельность.
- Знать методы, используемые для укрепления здоровья.

**Студент должен уметь:**

- Уметь разрабатывать регламенты, регулирующие профилактическую деятельность.
- Уметь разрабатывать технологии, применяемые для укрепления здоровья.

**4. Основные вопросы:**

- Регламент здравоохранения по ВОЗ.
- Способы укрепления здоровья.
- Учреждения укрепления здоровья.
- Принципы, способствующие сохранению и укреплению здоровья.

**5. Методы преподавания и обучения (малые группы, дискуссии, ситуационные задачи, работа в парах, презентации, тематические исследования и т. д.).**

1. Анализ темы с помощью вопросов по теме.
2. Работа с малыми группами.
3. Презентация темы урока с помощью компьютера (ПК, мультимедийный проектор).
4. Решение ситуационных задач.
5. Решение тестов по теме.

**6. Литература:**Смотреть последнюю страницу.

**7.Контроль (тесты, задачи и др.)**

**Тесты:**

1. При подготовке к первому этапу диспансеризации необходимо избегать приема ... пациентам старше 49 лет.

- A. аспирин
- B. фесталь
- C. но-шпы
- D. витамина E
- E. флуконазола

2. Массовое обследование новорожденных на предмет наиболее частых врожденных заболеваний:

- A. неонатальный скрининг
- B. когортные исследования
- C. пренатальный скрининг
- D. рандомизированные исследования
- E. послеродовой скрининг

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН <b>MEDISINA</b> <b>AKADEMIASY</b> «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 <b>SKMA</b> -1979-	SOUTH KAZAKHSTAN <b>MEDICAL</b> <b>ACADEMY</b> АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-1»		№72/11 ( )
Методические рекомендации для практических занятий		10 стр из 16

3. По определению ВОЗ, влияние на общую реакцию организма, нарушающее гомеостаз, - это ... .
- стресс
  - терпение
  - зависимость
  - привычка
  - алкоголизм
4. Дети без эндокринной патологии, с отклонениями в физическом развитии относятся ...
- ко второй группе здоровья
  - к третьей группе здоровья
  - к четвертой группе здоровья
  - группе здоровых детей
  - к специальной медицинской группе
5. Дети с соответствующими функциональными отклонениями в стадии компенсации вследствие последствий физических нарушений, травм и операций относятся ...
- к третьей группе здоровья
  - ко второй группе здоровья
  - группе здоровых детей
  - к четвертой группе здоровья
  - к специальной медицинской группе
6. Дети-реконвалесценты с тяжелыми и среднетяжелыми инфекционными заболеваниями относятся ...
- ко второй группе здоровья
  - к группе часто болеющих детей
  - к четвертой группе здоровья
  - к специальной медицинской группе
  - группе здоровых детей
7. Дети с хроническими заболеваниями в стадии клинической ремиссии относятся ...
- к третьей группе здоровья
  - ко второй группе здоровья
  - к специальной медицинской группе
  - к четвертой группе здоровья
  - группе здоровых детей
8. Указывает медицинскую группу, занимающуюся физической культурой:
- врач-педиатр
  - врач-ортопед
  - родители ребенка
  - участковый врач
  - учитель физкультуры
9. Период профилактического осмотра детей старше 6-7 лет:
- 1 раз в год
  - 1 раз в 6 месяцев
  - 1 раз в 3 месяца
  - каждые 2 года
  - ежемесячно
10. Период профилактического осмотра детей в возрасте 3-6 лет:
- 1 раз в 6 месяцев
  - 1 раз в 3 месяца
  - ежемесячно

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН <b>MEDISINA          АКАДЕМИАСЫ</b> «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 <b>SKMA</b> -1979-	SOUTH KAZAKHSTAN <b>MEDICAL          ACADEMY</b> АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-1»		№72/11 ( )
Методические рекомендации для практических занятий		11 стр из 16

D. каждые 2 года

E. 1 раз в год

### Ситуационные задачи:

Д., Ребенок 5 лет. Ребенок на фоне I беременности (воспаления влагалища), I срочных быстрых родов. При рождении вес 3150, рост 54 см кричали сразу. Прикладывается к груди на 1 сутки. выписан из роддома на 6 суток. диагноз при рождении:внутрибрюшное заражение. В раннем возрасте наблюдался дисбактериоз кишечника с диагнозом. В 3 года заразился кишечной инфекцией по типу гастроэнтероколита, в 4 года ветряной оспой. простудными заболеваниями болеют 4-5 раз в год. Пищевая аллергия на шоколад, клубнику.

1.Оцените Медико-биологический анамнез.

2. Выделение факторов риска

### 5-занятия

**1. Тема:** Сотрудничество с исполнителями (междисциплинарная команда). Поэтапная модель изменения поведения в области охраны здоровья и индивидуальное и групповое консультирование.

**2. Цель:** Объяснить учащимся сотрудничество с исполнителями. Обучить и преподавать поэтапную модель изменения поведения в сфере здравоохранения и индивидуального группового консультирования.

**3. Студент должен знать:**

- Знать методы, используемые для укрепления здоровья.

**Студент должен уметь:**

- Уметь осуществлять сотрудничество с исполнителями.
- Знать индивидуальные групповые консультации в области здравоохранения.

**4. Основные вопросы:**

- Налаживание сотрудничества с исполнителями.
- Принципы, способствующие сохранению и укреплению здоровья.

**5. Методы преподавания и обучения (малые группы, дискуссии, ситуационные задачи, работа в парах, презентации, тематические исследования и т. д.).**

1. Анализ темы с помощью вопросов по теме.

2. Работа с малыми группами.

3. Презентация темы урока с помощью компьютера (ПК, мультимедийный проектор).

4. Решение ситуационных задач.

5. Решение тестов по теме.

**6. Литература:** Смотреть последнюю страницу.

**7.Контроль (тесты, задачи и др.)**

**Тесты:**

1. Период профилактического осмотра детей в возрасте 1-3 лет:

A. 1 раз в 3 месяца

B. ежемесячно

C. каждые 2 года

D. 1 раз в год

E. 1 раз в 6 месяцев

2. Период профилактического осмотра детей до 1 года:

A. ежемесячно

B. 1 раз в год

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН <b>MEDISINA          АКАДЕМИЯСЫ</b> «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 <b>SKMA</b> -1979-	SOUTH KAZAKHSTAN <b>MEDICAL          ACADEMY</b> АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-1»		№72/11 ( )
Методические рекомендации для практических занятий		12 стр из 16

- С. 1 раз в 6 месяцев  
 D. 1 раз в 3 месяца  
 E. каждые 2 года
3. График плановой прививки от кори и ревакцинации:  
 A. 12-15 месяцев, 6 лет  
 B. 12-15 месяцев, 3 года  
 C. на 1-4 дни жизни, в возрасте 3 лет  
 D. на 1-4 дни жизни, 6 лет  
 E. 10-15 месяцев, 7 лет
4. Основная цель проекта «Здоровая нация» на 2020-2025 годы:  
 A. увеличение рождаемости  
 B. увеличение продолжительности жизни до 75 лет  
 C. снижение материнской смертности  
 D. снижение детской смертности  
 E. снижение риска ранней смерти
5. Государственный орган, ответственный за развитие проекта «Здоровая нация 2020-2025»:  
 A. Министерство здравоохранения  
 B. Министерство труда и социальной защиты населения  
 C. Министерство информации и социального развития  
 D. Министерство образования и науки  
 E. Министерство индустрии и инфраструктурного развития
6. К 2025 году планируется снизить уровень материнской смертности до ... на 100 тысяч живорождений.  
 A. 10  
 B. 14  
 C. 16  
 D. 17  
 E. 13
7. Одна из сильных сторон системы здравоохранения Республики Казахстан:  
 A. широкое оказание медицинских услуг населению  
 B. кадровый дисбаланс в системе здравоохранения  
 C. низкая зарплата медицинских работников  
 D. незрелость информационных технологий  
 E. низкая квалификация
8. Объективным показателем продолжительности жизни является:  
 A. количество лет  
 B. проценты  
 C. на тысячу  
 D. средний рост  
 E. динамика
9. Государственные программы и национальные проекты в сфере здравоохранения разрабатываются в соответствии со стратегией:  
 A. «Казахстан-2050»  
 B. «Казахстан-2030»  
 C. "Мангилик Ел"  
 D. "Дорожная карта"  
 E. "План развития"
10. Одним из основных факторов риска в общем бремени болезней в Казахстане остается...  
 A. употребление алкоголя

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН <b>MEDISINA          АКАДЕМИЯСЫ</b> «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 <b>SKMA</b> -1979-	SOUTH KAZAKHSTAN <b>MEDICAL          ACADEMY</b> АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-1»		№72/11 ( )
Методические рекомендации для практических занятий		13 стр из 16

- В. избыточная масса тела
- С. употребление табака
- Д. неудобное жилье
- Е. финансовая нестабильность

### Ситуационные задачи:

К вам обратилась мама трехдневного новорожденного ребенка с вопросами по грудному вскармливанию: каким должен быть предполагаемый объем питания 3-дневного новорожденного при грудном вскармливании?

1. Ответьте на вопрос вашей матери.
2. Разработать схему кормления новорожденного ребенка на 3 дня жизни.

### 6-занятия

**1. Тема:** Универсально прогрессивная модель патронажного обслуживания беременных и детей раннего воз. Универсально прогрессивная модель патронажного обслуживания беременных и детей раннего воз. Модули ЮНИСЕФ.

**2. Цель:** Ознакомить студентов с универсальной прогрессивной моделью патронажного обслуживания, что происходит с беременными женщинами и детьми раннего возраста. Преподавать студентам модули ЮНИСЕФ.

#### 3. Студент должен знать:

- Знать универсальную прогрессивную модель патронажной деятельности.

#### Студент должен уметь:

- Уметь оценивать состояние беременных женщин и маленьких детей.
- Знать назначение модулей ЮНИСЕФ.

#### 4. Основные вопросы:

- Социально-экономические аспекты снижения здоровья.
- Технологии укрепления здоровья.

**5. Методы преподавания и обучения (малые группы, дискуссии, ситуационные задачи, работа в парах, презентации, тематические исследования и т. д.).**

1. Анализ темы с помощью вопросов по теме.
2. Работа с малыми группами.
3. Презентация темы урока с помощью компьютера (ПК, мультимедийный проектор).
4. Решение ситуационных задач.
5. Решение тестов по теме.

#### 6. Литература.

##### Основная литература:

1. Гусманова Л. К. Денсаулықты нығайту : оқу құралы / Л. К. Гусманова. - Қарағанда : Medet Group , 2020. - 262 бет
2. Приз, В. Н. Балалар мен жасөспірімдердің денсаулық жағдайын және сырқаттанушылығын бағалау : оқу құралы = Оценка состояния здоровья и заболеваемости детей и подростков : учеб. пособие Алматы : Эверо, 2013.
3. Бөлешов М. Ә. Қоғамдық денсаулық және денсаулықты сақтау: оқулық- Эверо, 2015
4. Балалар мен жасөспірімдердің денсаулығын қорғау: оқу құралы. – М.: ГЭОТАР – Медиа, 2015
5. Лисицын, Ю. П. Общественное здоровье и здравоохранение: учебник / Ю. П. Лисицын, Г. Э. Улумбекова. – 3-е изд., перераб. и доп. ; Мин-во образования и науки РФ. Рек. ГОУ ВПО «Первый гос. мед. ун-т им. И. М. Сеченова». – М. : ГЭОТАР – Медиа, 2015. – 544 с

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН <b>MEDISINA          АКАДЕМИЯСЫ</b> «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 <b>SKMA</b> -1979-	SOUTH KAZAKHSTAN <b>MEDICAL          ACADEMY</b> АО «Южно-Казакстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-1»	№72/11 ( )	
Методические рекомендации для практических занятий	14 стр из 16	

### Дополнительная литература:

1. Бигалиева, Р. К. Әлеуметтік медицина және денсаулық сақтауды басқару [Мәтін] : оқулық / Р. К. Бигалиева. - Алматы : Эверо, 2014. - 560 бет.
2. Баранов, А. А. Оценка состояния здоровья детей. Новые подходы к профилактической и оздоровительной работе в образовательных учреждениях: рук. для врачей. – М. , 2008
3. Аканов, А. Здоровье населения и здравоохранения Республики Казахстан [Текст] = The White Paper-2: монография / А. Аканов, Т. Мейманалиев, К. Тулебаев. -; Рек. к изд. Учен. советом КазНМУ им. С. Д. Асфендиярова. - Алматы: Эверо, 2014. - 85 с. - ISBN 978-601-246-400-9
4. Аканов, А. Здоровье населения и здравоохранения Республики Казахстан [Текст] = Population Health and Care of the Republic of Kazakhstan (White Paper): монография / А. Аканов, Т. Мейманалиев. - ; Рек. к изд. Учен. советом КазНМУ им. С. Д. Асфендиярова. - Алматы: Эверо, 2014. - 80 с. - ISBN 978-601-246-369-9

### 7. Программное обеспечение и Интернет-ресурсы.

- Гусманова Л.К. Денсаулықты нығайту: оқу құралы Қарағанды, 2020  
<https://aknurpress.kz/reader/web/2600>
2. Укрепления здоровья: учебное пособие. Караганда: ТОО «Medet Group». 2020. – 264  
<https://aknurpress.kz/reader/web/2462>
  3. Гелецкий В.М. Теория физической культуры и спорта Учебное пособие Красноярск 2008  
<https://aknurpress.kz/reader/web/2783>

### 8. Контроль (тесты, задачи и др.)

#### Тесты:

1. Не относится к группам по демографическим признакам:
  - А) беременные
  - В) дети
  - С) пожилые люди
  - Д) одиночки
  - Е) мигранты, беженцы
2. Не относится к группам риска по признакам функционального, патологического состояния:
  - А) пожилые люди
  - В) беременные женщины
  - С) недоношенные дети с низкой массой тела при рождении
  - Д) люди с генетическим риском, врожденными аномалиями
  - Е) инвалиды с детства
3. Не относится к группам риска лиц с девиантным поведением:
  - А) бедный и необеспеченный
  - В) злоупотребляющие спиртосодержащими продуктами
  - С) наркоманы
  - Д) токсикоманы
  - Е) люди сексуальные отклонения
4. Пищевая аллергия... часто встречается.
  - А) в раннем детстве
  - В) во время беременности
  - С) в пожилом возрасте
  - Д) В подростковом возрасте
  - Е) у взрослых
5. Укажите, какой пищевой продукт относится к наиболее распространенным пищевым аллергенам:

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН <b>MEDISINA</b> <b>AKADEMIASY</b> «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 <b>SKMA</b> -1979-	SOUTH KAZAKHSTAN <b>MEDICAL</b> <b>ACADEMY</b> АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-1»		№72/11 ( )
Методические рекомендации для практических занятий		15 стр из 16

- А) цитрусовые  
 В) рыба  
 С) коровье молоко  
 D) куриное яйцо  
 E) арахис
6. Классификация углеводов по составу:  
 А) простой и сложный  
 В) укрепляющие и восстанавливающие  
 С) вязкий и жидкий  
 D) водорастворимый и жирорастворимый  
 E) абсорбируемые и неперевариваемые
7. Жиры выполняют в организме человека следующие функции:  
 А) защитная, терморегулирующая, энергоснабжающая  
 В) защитная, терморегулирующая, укрепляющая  
 С) терморегулирующий, регенерирующий  
 D) терморегулирующие, энергоснабжающие  
 E) защитное, восстанавливающее
8. Невротическое состояние, которое возникает при чрезмерном употреблении пищи, это—  
 ... .  
 А) булимия  
 Б) анорексия  
 С) кахексия  
 D) шизофрения  
 E) амнезия
9. Невротическое состояние, при котором человек придерживается экстремальной диеты... .  
 А) анорексия  
 Б) булимия  
 С) кахексия  
 D) шизофрения  
 E) амнезия
10. Суточная потребность в йоде для взрослых...  
 А. 0,15 мг  
 В. 0,015 мг  
 С. 1,0 мг  
 D. 0,05 мг  
 E. 0,5 мг

### Ситуационные задачи

Ребенок родился с массой тела 2700,0 см и длиной тела 48 см. В настоящее время 9 месяцев находится на естественном питании.

1. Рассчитать соответствующую массу тела ребенка, указать потребность в белках, жирах и углеводах, энергии.
2. Составление рациона питания

ONȚŪSTIK-QAZAQSTAN <b>MEDISINA AKADEMIASY</b> «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SKMA -1979-	SOUTH KAZAKHSTAN <b>MEDICAL ACADEMY</b> АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра «Сестринское дело-1»	№72/11 ( )	
Методические рекомендации для практических занятий	16 стр из 16	