



**«Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ жанындағы
медицина колледжі**

ТӘЖІРИБЕЛІК САБАҚҚА АРНАЛҒАН ӘДІСТЕМЕЛІК НҮСҚАУЛЫҚ

Мамандығы: 09130100 «Мейіргер ісі»

Біліктілігі: 5AB09130101 «Мейіргер ісінің қолданбалы бакалавры»

Оқу түрі: күндізгі

Оқытудың нормативтік мерзімі: 1 жыл 6 ай

Циклдар мен пәндер индексі: АП 04


Курс: 1

Семестр: 1

Пән: «Денсаулықты нығайту»

Бақылау түрі: Емтихан

Жалпы еңбек сыйымдылығы сағат/кредиттер KZ:48/2

ОНТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казakhstanская медицинская академия»
«Мейіргер ісі-1» кафедрасы Тәжірибелік сабаққа арналған әдістемелік нұсқаулық	№72/11 () 16 беттің 2 беті

Тәжірибелік сабаққа арналған әдістемелік нұсқаулық «Денсаулықты нығайту» пәнінің жұмыс оқу бағдарламасы негізінде құрастырылып, кафедра мәжілісінде бекітілді.

Хаттама № 1 «27» 08 2024 ж.

Кафедра меңгерушісі  Б.Д. Серикова.

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казакстанская медицинская академия»
«Мейіргер ісі-1» кафедрасы	№72/11 ()
Тәжірибелік сабаққа арналған әдістемелік нұсқаулық	16 беттің 3 беті

1 – сабақ

1. Тақырыбы: Денсаулықты нығайту және салауатты өмір салтын насихаттаудың теориялық негіздері.

2. Мақсаты: Студенттерге Денсаулықты нығайту және салауатты өмір салтын насихаттаудың теориялық негіздерін үйрету.

3. Студент білуі тиіс:

- Денсаулықты нығайтудың мақсаттары мен міндеттері туралы білу

Студент істей білуі тиіс:

- Денсаулықты нығайтудың негізгі әдістерін істей білуі тиіс.

4. Негізгі сұрақтар:

- Денсаулық түсінігі.
- Салауатты өмір салты ұғымы.

5. Білім берудің және оқытудың әдістері (шағын топтар, пікірталастар, ситуациялық есептер, жұппен жұмыс, презентациялар, кейс-стади және т.б.).

1. Тақырып бойынша сұрақтарды қолдана отырып, тақырыпты талдау. Кіші топтармен жұмыс істеу.

2. ТСО-дан қолдану (ПК, мультимедиялық проектор) сабақ тақырыбын презентациялау.

3. Ситуациялық есептерді шешу.

4. Тақырып бойынша тестерді шешу.

6. Әдебиеттер: Соңғы бетті қараңыз.

7. Бақылау (сұрақтар, тесттер, есептер және т.б.) ұсыныстар.

Тесттер :

1. Алдын-алу сөзі грек тілінен "prophylaktikos" дегенді білдіреді:

- A. ескерту
- B. емдік
- C. диагностикалық
- D. эксклюзивті
- E. жазылатын

2. Біріншілік алдын-алу – бұл:


- A. зиянды факторды толық жою
- B. қоршаған орта факторларын гигиеналық нормалау
- C. аурулардың асқынуын болдырмау жөніндегі шаралар кешені
- D. емдеуден кейін оңалту жөніндегі шаралар кешені
- E. әр түрлі аурулары бар науқастарды емдеу жөніндегі шаралар кешені

3. Біріншілік алдын алу негіздері:

- A. патологиялық жағдайларды ерте анықтау
- B. қоршаған орта факторларын гигиеналық нормалау
- C. аурулардың асқынуын болдырмау жөніндегі шаралар кешені
- D. емдеуден кейін оңалту жөніндегі шаралар кешені
- E. әр түрлі аурулары бар науқастарды емдеу жөніндегі шаралар кешені

4. Қоршаған орта факторларының адам денсаулығына әсер ету қаупін бағалау кезеңдеріне жатпайды:

- A. тәуекелді басқару
- B. тәуелділікті бағалау "доза-жауап"
- C. зиянды факторларды идентификациялау
- D. экспозицияны бағалау
- E. қауіп-қатер сипаттамасы

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SKMA -1979-	SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казakhstanская медицинская академия»
«Мейіргер ісі-1» кафедрасы Тәжірибелік сабаққа арналған әдістемелік нұсқаулық		№72/11 () 16 беттің 4 беті

5. Өсу мен дамуға әсер ететін қоршаған орта факторлары мен тіршілік ету жағдайларына жатпайды:

- A. тұқым қуалаушылық
- B. ауыз су құрамы
- C. күн белсенділігінің шамасы
- D. тамақтану
- E. әлеуметтік өмір сүру жағдайлары

6. Салауатты өмір салтының негізгі компоненттеріне жатпайды:

- A. дұрыс экологиялық мінез-құлық
- B. оңтайлы қозғалтқыш режимі
- C. жаман әдеттердің болмауы
- D. жоғары медициналық белсенділік

E. оқу, еңбек, демалыс, тамақтану режимінің гигиеналық нормалары мен ережелерін сақтау

7. Денсаулықтың өзгеруінің негізгі үрдістерін анықтайтын жалпыланған жетекші фактор:

- A. өмір салты
- B. алдын алу
- C. емдеу
- D. еңбек қызметі

E. денсаулық сақтау

8. Бір адамға шаққандағы табыс құрылымы:

- A. өмір сүру деңгейі
- B. өмір стилі
- C. өмір сапасы
- D. өмір жолы
- E. өмір салты

9. Адамның материалдық қамтамасыз етілу дәрежесін сипаттайтын өлшенетін параметрлер:

- A. өмір сапасы
- B. өмір сүру деңгейі
- C. өмір салты
- D. өмір жолы
- E. өмір стилі

10. Мінез – құлықтың психологиялық жеке ерекшеліктері:

- A. өмір стилі
- B. өмір салты
- C. өмір сүру деңгейі
- D. өмір жолы
- E. өмір сапасы

Ситуациялық есептер:

Мария Ивановна, әйел, 30 жаста. Жатақханада сыпырушы болып жұмыс істейді. Ол семіз, дене салмағы 120 кг, бойы 165 см, жегенді жақсы көреді: торттар, тәттілер, шошқа майы мен ветчина қосылған бутербродтар және т.б. Аз қозғалады. Бірінші 33-қабатта, үйдің жанында тұрады. Жұмыстан кейін дүкенге барып, диванда жатып күні бойы сериал көреді. Ол үйленбеген. Ата-анасы қайтыс болды, ол жалғыз тұрады. Жұмыс, тамақ және теледидар оның бүкіл өмірі. Науқас өзін-өзі есептемейді.

1. Мария Ивановнада болатын қауіп факторларын анықтаңыз.

2. ДСИ анықтамасын беріңіз және оның мағынасын түсіндіріңіз.

ОНТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SKMA -1979-	SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казakhstanская медицинская академия»
«Мейіргер ісі-1» кафедрасы		№72/11 ()
Тәжірибелік сабаққа арналған әдістемелік нұсқаулық		16 беттің 5 беті

Жаңа туылған нәресте дені сау анадан туылған, физиологиялық туылған, туғандағы салмағы 3300г. 5-ші күні шығарылған кезде салмағы 3200г.

1. Баланың салмағының төмендеуі қандай?
2. Бала күтімі бойынша анаға кеңес беру

2 – сабақ

1.Тақырыбы: Денсаулықты нығайтудың профилактикалық бағдарламаларын ұйымдастыру принциптері. Денсаулықты нығайтудың және аурудың алдын алу тұжырымдамасы.

2. Мақсаты: Денсаулықты нығайтудың профилактикалық бағдарламаларын ұйымдастыру принциптерін оқыту. Денсаулықты нығайтудың профилактикалық бағдарламаларын ұйымдастыру қағидаттарын үйрету.

3. Студент білуі тиіс:

- Денсаулықты нығайтудың алдын алу мақсатын білу.

Студент істей білуі тиіс:

- Денсаулықты нығайтудың бағдарламаларын істей білуі тиіс.

4. Негізгі сұрақтар:

- Денсаулықты нығайту шаралары.
- Денсаулықты нығайту бойынша алдын алу бағдарламаларын ұйымдастыру.

5. Білім берудің және оқытудың әдістері (шағын топтар, пікірталастар, ситуациялық есептер, жұппен жұмыс, презентациялар, кейс-стади және т.б.).

1. Тақырып бойынша сұрақтарды қолдана отырып, тақырыпты талдау.
2. Кіші топтармен жұмыс істеу.
3. ТСО-дан қолдану (ПК, мультимедиялық проектор) сабақ тақырыбын презентациялау.
4. Ситуациялық есептерді шешу.
5. Тақырып бойынша тестерді шешу.

6. Әдебиеттер: Соңғы бетті қараңыз.

7. Бақылау (сұрақтар, тесттер, есептер және т.б) ұсыныстар.

Тесттер :

1. Адам денсаулығына әсер ететін әлеуметтік-экономикалық факторларға мыналар жатады:

- A. өмір салты мен жағдайы, денсаулық сақтау саясаты
- B. шарттары мен өмір салты, су және температура
- C. шарттары мен өмір салты, ауа мен ылғалдылық
- D. шарттары мен өмір салты, әкімшілік саясаты
- E. өмір салты мен жағдайлары, тұқым қуалаушылық және ауру

2. Денсаулық жағдайына әсер ететін факторлардың арасында өмір салты ... құрайды.

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

3. Денсаулық жағдайына әсер ететін факторлар арасында денсаулық сақтау ... құрайды.

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

4. Адам денсаулығына әсер ететін климат-географиялық факторларға ... жатады.

ОНТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казakhstanская медицинская академия»
«Мейіргер ісі-1» кафедрасы	№72/11 ()
Тәжірибелік сабаққа арналған әдістемелік нұсқаулық	16 беттің 6 беті

- A. су және ауа
 B. шарттары мен өмір салты
 C. экономика және экология
 D. денсаулық және ауру
 E. тұқым қуалаушылық және аурушандылық
5. Адам денсаулығына әсер ететін биологиялық факторларға ... жатады.
 A. тұқым қуалаушылық, жыныс және жас
 B. денсаулық және ауру
 C. су және температура
 D. ауа және ылғалдылық
 E. өмір салты мен шарттары
6. Өмір сүру жағдайының сандық көрсеткіші:
 A. өмір сүру деңгейі
 B. өмір сапасы
 C. өмір салты
 D. өмір сүру шарттары
 E. өмір факторлары
7. Отбасын жоспарлауға ЖАТПАЙДЫ:
 A. әрбір жер тұрғынының жеке мәселесі
 B. әйелдер денсаулығын сақтаудағы пайдаланылмаған резервтері
 C. репродуктивті функцияны бақылауды қамтамасыз ету
 D. жүктілікті тоқтату
 E. әйелдерде жүктіліктің алдын алу
8. Отбасын жоспарлаудың халықаралық қағидаттарына ЖАТПАЙДЫ:
 A. "төмен тәуекел" тобындағы түсік туралы ескерту
 B. қажетсіз жүктіліктен аулақ болу
 C. жүктілік аралығындағы интервалды реттеу
 D. отбасындағы балалар санын анықтау
 E. ата-аналардың жасына байланысты бала туу уақытын бақылау
9. Отбасын жоспарлаудың мақсаты ... болып табылады.
 A. түсік пен ана өлімінің санын азайту
 B. халықтың өмір сүру сапасын жақсарту
 C. отбасын жоспарлау жөніндегі қызметтерді жетілдіру және дамыту
 D. отбасын жоспарлау бойынша көрсетілетін қызметтерді мониторингтеу және бағалау
 E. баланың туылуына жұпты дайындау
10. Репродуктивті денсаулықты сақтау... қамтымайды:
 A. абортты насихаттау
 B. ақпарат-кеңес беру
 C. ана сүтімен тамақтандыру
 D. бедеуліктің алдын алу
 E. мерездің алдын алу

Ситуациялық есептер:

40 жастағы Семен Семенович қатерлі ісікке шалдығудан қатты қорқады. Бұл қорқынышпен байланысты оның отбасы мүшелері: әкесі, анасы, ағасы және үш әпкесі қатерлі ісік ауруынан қайтыс болды әртүрлі локализацияның аурулары (асқазан, бауыр, өкпе рагы).
 С.С. жыл сайын 35 жастан бастап толық клиникалық диагностикалық тексеруден өтеді

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казакстанская медицинская академия»
«Мейіргер ісі-1» кафедрасы	№72/11 ()
Тәжірибелік сабаққа арналған әдістемелік нұсқаулық	16 беттің 7 беті

Израильдегі беделді медициналық орталық. Бес жылдан бері орталық дәрігерлерінің қорытындысы бірауыздан: сау. С.С. соңғы екі жыл бойы темекі шегеді, ол темекі шегуді өзіне тән деп санайды тыныштандырады. Жерорта теңізінің жағажайларында күнге күйгенді ұнатады, алкогольді шектен тыс ішеді сирек.

1. Денсаулықты нығайтуға қажетті іс-әрекеттер
2. Қатерлі ісіктің алдын алу әдістері

3 – сабақ

1. Тақырыбы: Денсаулықты жақсартуды басқару бойынша, салауатты өмір салтын насихаттау мен, ұлттық халықаралық стратегиялар және бағдарламалар.

2. Мақсаты: Студенттерге салауатты өмір салтын насихаттауды үйрету.

3. Студент білуі тиіс:

- Денсаулықты нығайтудың алдын алу мақсатын білу.

Студент істей білуі тиіс:

- Денсаулықты нығайтудың тұжырымдамасын істей білуі тиіс.

4. Негізгі сұрақтар:

- Денсаулық орталықтарының жұмысын ұйымдастыру.
- Күн тәртібін жоспарлау мақсаты.

5. Білім берудің және оқытудың әдістері (шағын топтар, пікірталастар, ситуациялық есептер, жұппен жұмыс, презентациялар, кейс-стади және т.б.).

1. Тақырып бойынша сұрақтарды қолдана отырып, тақырыпты талдау.
2. Кіші топтармен жұмыс істеу.
3. ТСО-дан қолдану (ПК, мультимедиялық проектор) сабақ тақырыбын презентациялау.
4. Ситуациялық есептерді шешу.
5. Тақырып бойынша тестерді шешу.

6. Әдебиеттер: Соңғы бетті қараңыз.

7. Бақылау (сұрақтар, тесттер, есептер және т.б.) ұсыныстар.

Тесттер :

1. Отбасын жоспарлау принциптерінің бірі:


- A. босану арасындағы 2,5-3 жылдан кем емес аралықты сақтау
- B. босану арасындағы аралықтарды кемінде 3,5-4 жыл сақтау
- C. босану санын көбейту
- D. түсік жасату санын көбейту
- E. 2 және одан көп баласы бар әйелдерге стерилизация жүргізу

2. Әйелдер бедеулігінің негізгі факторларына ЖАТПАЙДЫ:


- A. қолайсыз тұрғын үй жағдайлары
- B. жыныс мүшелері құрылысының туа біткен ауытқулары
- C. етеккір циклінің бұзылуы
- D. ісік түзілімдері
- E. психиканың бұзылуы

3. Репродуктивті денсаулықтың нашарлауы медициналық-демографиялық көрсеткіштерге ... әсер етеді.

- A. нәрестелік өлім
- B. өмір сүру ұзақтығы
- C. өмір сапасы
- D. өмір сүру деңгейі
- E. туу көрсеткіші

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
«Мейіргер ісі-1» кафедрасы	№72/11 ()
Тәжірибелік сабаққа арналған әдістемелік нұсқаулық	16 беттің 8 беті

4. ДДҰ мәліметтері бойынша соңғы 20-30 жыл ішінде бедеулік неке барлық некелердің ... құрайды.
- 12-18%
 - 20-25%
 - 30-35%
 - 40-45%
 - 5-8%
5. Біріншілік аурушандылық-бұл:
- осы жылы алғаш рет анықталған аурулар
 - дәрігер тіркейтін және ол медициналық құжаттамада жазған ауру.
 - халық арасында бар барлық аурулардың жиынтығы
 - барлық ауруларды (инфекциялық, инфекциялық емес) есепке алу
 - мақсатты медициналық тексерулер кезінде анықталған аурулар
6. Шағымдары, созылмалы аурулар, функционалдық ауытқулар және органикалық өзгерістері жоқ адамдар ... денсаулық тобына жатады.
- бірінші
 - екінші
 - үшінші
 - төртінші
 - бесінші
7. Денсаулық және салауатты өмір салты туралы білім жиынтығы болып табылатын оқу пәні ... деп аталады.
- валеология
 - биология
 - деонтология
 - биоэтика
 - биостатистика
8. Жеке денсаулық және адам денсаулығының резервтері, сондай-ақ салауатты өмір салты ... зерттеу тақырыбы болып табылады.
- валеологияның
 - биологияның
 - деонтологияның
 - биоэтиканың
 - биостатистиканың
9. Қауіп-қатер топтарын анықтау мақсатында жүкті әйелдерге жүргізілетін зерттеулер:
- перенатальды скрининг
 - когорттық зерттеулер
 - неонатальды скрининг
 - рандомизацияланған зерттеулер
 - босанғаннан кейінгі скрининг
10. Диспансерлеу жүзеге асырылады ...
- екі кезеңде
 - төрт кезеңде
 - үш кезеңде
 - бір кезеңде
 - алты кезеңде

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казакстанская медицинская академия»
«Мейіргер ісі-1» кафедрасы	№72/11 ()
Тәжірибелік сабаққа арналған әдістемелік нұсқаулық	16 беттің 9 беті

Ситуациялық есептер:

Қыз В., 1 жаста. бала 1-ші жүктіліктен, 1-ші мерзімінен бұрын босану 36 аптада. жүктілік екінші жартысында анемия, ісіну және қан қысымының жоғарылауы аясында өтті. Туылғандағы салмағы 2100, бойы 48 см Жаңа туған нәрестенің Апгар көрсеткіші 6/7 балл. 3 күн емшекпен емделді, 2 аптадан бастап жасанды тамақтандыруға ауыстырылды. 1 айдан бастап ішек дисбиозынан ем алды. 6 айдан бастап гемоглобин 80 г/л дейін төмендеген. 11 айға дейін диетада ет болмаған.

1. Медициналық және биологиялық тарихыңызды бағалаңыз
2. Тәуекел факторларын анықтау

4 – сабақ

1. Тақырыбы: Профилактикалық қызметті реттейтін нормативтік құжаттар және регламенттер. Денсаулықты нығайту үшін қолданылатын әдістер мен технологиялар.

2. Мақсаты: Профилактикалық қызметті реттейтін нормативтік құжаттар және регламенттер түрін түсіндіру. Студенттерге Денсаулықты нығайту үшін қолданылатын әдістер мен технологияларды үйрету.

3. Студент білуі тиіс:

- Профилактикалық қызметті реттейтін нормативтік құжаттарды білуі тиіс.
- Денсаулықты нығайту үшін қолданылатын әдістерді білуі тиіс.

Студент істей білуі тиіс:

- Профилактикалық қызметті реттейтін регламенттерді істей білуі тиіс.
- Денсаулықты нығайту үшін қолданылатын технологияларды істей білуі тиіс.

4. Негізгі сұрақтар:

- ДДҰ бойынша денсаулық сақтау регламенті.
- Денсаулық нығайту тәсілдері.
- Денсаулықты нығайту мекемелері.
- Денсаулықты сақтауға және нығайтуға ықпал ететін қағидалар.

5. Білім берудің және оқытудың әдістері (шағын топтар, пікірталастар, ситуациялық есептер, жүйпен жұмыс, презентациялар, кейс-стади және т.б.).

Тақырып бойынша сұрақтарды қолдана отырып, тақырыпты талдау.

1. Кіші топтармен жұмыс істеу.
2. ТСО-дан қолдану (ПҚ, мультимедиялық проектор) сабақ тақырыбын презентациялау.
3. Ситуациялық есептерді шешу.
4. Тақырып бойынша тестерді шешу.

6. Әдебиеттер: Соңғы бетті қараңыз.

7. Бақылау (сұрақтар, тесттер, есептер және т.б) ұсыныстар.

Тесттер :

1. 1-3 жастағы балаларды профилактикалық тексеру мерзімдері:

- A. 3 айда 1 рет
- B. ай сайын
- C. әр 2 жыл сайын
- D. жылына 1 рет
- E. 6 айда 1 рет

2. 1 жасқа дейінгі балаларды профилактикалық тексеру мерзімдері:

- A. ай сайын
- B. жылына 1 рет
- C. 6 айда 1 рет

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SKMA -1979-	SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казakhstanская медицинская академия»
«Мейіргер ісі-1» кафедрасы		№72/11 ()
Тәжірибелік сабаққа арналған әдістемелік нұсқаулық		16 беттің 10 беті

- D. 3 айда 1 рет
 E. әр 2 жыл сайын
3. Қызылшаға қарсы жоспарлы вакцинация және ревакцинация сызбасы:
 A. 12-15 айда, 6 жаста
 B. 12-15 айда, 3 жаста
 C. өмірдің 1-4 күнінде, 3 жаста
 D. өмірдің 1-4 күнінде, 6 жаста
 E. 10-15 айда, 7 жаста
4. "Дені сау ұлт" жобасының 2020-2025 жылдарға арналған басты мақсаты:
 A. туу көрсеткішін жоғарылату
 B. өмір сүру ұзақтығын 75 жасқа дейін арттыру
 C. ана өлімін азайту
 D. нәрестелер өлімін азайту
 E. ерте өлім қаупінің деңгейін төмендету
5. "Дені сау ұлт 2020-2025" жобасын әзірлеуге жауапты мемлекеттік орган:
 A. Денсаулық сақтау министрлігі
 B. Еңбек және халықты әлеуметтік қорғау министрлігі
 C. Ақпарат және қоғамдық даму министрлігі
 D. Білім және ғылым министрлігі
 E. Индустрия және инфрақұрылымдық даму министрлігі
6. Ана өлімінің деңгейін 2025 жылға қарай ... дейін төмендету жоспарлануда, 100 мың тірі туылғандарға шаққанда.
 A. 10
 B. 14
 C. 16
 D. 17
 E. 13
7. ҚР Денсаулық сақтау жүйесінің күшті жақтарының бірі:
 A. халықты денсаулық сақтау қызметтерімен кеңінен қамтамасыз ету
 B. денсаулық сақтау жүйесіндегі кадрлардың теңгерімсіздігі
 C. медицина қызметкерлерінің жалақысының төмендігі
 D. ақпараттық технологиялардың жетілмегендігі
 E. төмен біліктілік
- 8 Күтілетін өмір сүру ұзақтығының нысаналы индикаторы ... болып табылады.
 A. жылдар саны
 B. пайыздар
 C. промилле
 D. орташа өсім
 E. динамикасы
9. Денсаулық сақтау саласындағы мемлекеттік бағдарламалар мен ұлттық жобалар ... стратегияға сәйкес әзірленеді.
 A. «Қазақстан-2050»
 B. «Қазақстан-2030»
 C. «Мангилик Ел»
 D. «Жол картасы»
 E. «Даму жоспары»
10. Қазақстандағы аурулардың жалпы ауыртпалығындағы негізгі қауіп факторларының бірі болып қала береді...

ОНТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казakhstanская медицинская академия»
«Мейіргер ісі-1» кафедрасы Тәжірибелік сабаққа арналған әдістемелік нұсқаулық	№72/11 () 16 беттің 11 беті

- A. алкогольді тұтыну
- B. артық дене салмағы
- C. темекіні пайдалану
- D. ыңғайсыз тұрғын үй
- E. қаржылық тұрақсыздық

Ситуациялық есептер:

Д., 5 жастағы бала. I жүктіліктен (қынаптың қабынуы), I жедел тез босану аясында бала. Туғанда салмағы 3150, бойы 54 см бірден айқайлады. Кеудеге 1 тәулікте қоса берілген. перзентханадан 6 тәулікке шығарылды. туу кезіндегі диагноз: құрсақ ішіне жұқтыру. Ерте жаста ішек дисбактериозы диагнозымен байқалды. 3 жасында гастроэнтероколиттің түрі бойынша ішек инфекциясын, 4 жасында жел шешегін жұқтырды. суық ауруларымен жылына 4-5 рет ауырады. Шоколадқа, құлпынайға тағамдық аллергия.

1. Медициналық-биологиялық анамнезді бағалаңыз.
2. Тәуекел факторларын бөлектеу

5– сабақ

1.Тақырыбы: Орындаушылармен ынтымақтастық (пәнаралық ұжым). Денсаулық сақтау саласындағы мінез-құлықты өзгертудің кезеңдік моделі және жеке топтық кеңес беру.

2. Мақсаты: Студенттерге орындаушылармен ынтымақтастықты түсіндіру. Денсаулық сақтау саласындағы мінез-құлықты өзгертудің кезеңдік моделі және жеке топтық кеңес беруді оқыту және үйрету.

3. Студент білуі тиіс:

- Денсаулықты нығайту үшін қолданылатын әдістерді білуі тиіс.

Студент істей білуі тиіс:

- Орындаушылармен ынтымақтастықты орындай білуі тиіс.
- Денсаулық сақтау саласындағы жеке топтық кеңес беруді білуі тиіс.

4. Негізгі сұрақтар:

- Орындаушылармен ынтымақтастықты құру.
- Денсаулықты сақтауға және нығайтуға ықпал ететін қағидалар.

5. Білім берудің және оқытудың әдістері (шағын топтар, пікірталастар, ситуациялық есептер, жұппен жұмыс, презентациялар, кейс-стади және т.б.).

1. Тақырып бойынша сұрақтарды қолдана отырып, тақырыпты талдау.
2. Кіші топтармен жұмыс істеу.
3. ТСО-дан қолдану (ПҚ, мультимедиялық проектор) сабақ тақырыбын презентациялау.
4. Ситуациялық есептерді шешу.
5. Тақырып бойынша тестерді шешу.

6. Әдебиеттер: Соңғы бетті қараңыз.

7. Бақылау (сұрақтар, тесттер, есептер және т.б) ұсыныстар.

Тесттер:

1. Адам денсаулығы оның тұқым қуалаушылығына байланысты
 - A. 20%
 - B. 10%
 - C. 30%
 - D. 50%
 - E. 5%

2.Салауатты өмір салтының шартына ЖАТПАЙДЫ:

ОНТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казakhstanская медицинская академия»
«Мейіргер ісі-1» кафедрасы	№72/11 ()
Тәжірибелік сабаққа арналған әдістемелік нұсқаулық	16 беттің 12 беті

- А. темекі шегу
 В. қозғалыс белсенділігі
 С. толыққанды демалыс
 D. белсенді өмірлік ұстанымы
 E. тиімді тамақтану
3. Адамның мінез-құлқы мен ойлауын анықтайтын өмірлік ұстаным, ол оған ұзақ өмір сүруді қамтамасыз етеді:
 А. салауатты өмір салты
 В. ұтымды өмір
 С. тиімді өмір салты
 D. гиподинамия
 E. жеке гигиенаны сақтау
4. Қоғамдық денсаулық:
 А. ел халқының денсаулығы
 В. жеке денсаулық
 С. адамдар тобының денсаулығы
 D. белгілі бір этникалық топтағы адамдардың денсаулығы
 E. ұжым денсаулығы
5. Салауатты емес өмір салты:
 А. гиподинамия
 В. жақсы демалыс
 С. жаман әдеттердің болмауы
 D. теңгерімді тамақтану
 E. дене шынықтыру
6. Өмір сүру жағдайларының сандық көрсеткіші:
 А. өмір сүру деңгейі
 В. өмір сапасы
 С. өмір салты
 D. өмір сүру шарттары
 E. өмір факторлары
7. Толық, семіз адамдардың дене түрі:
 А. гиперстендік
 В. нормостеник
 С. астеник
 D. суперстеник
 E. гипостеник
8. Дененің дұрыс типі:
 А. нормостеник
 В. астеник
 С. гиперстендік
 D. аутостеник
 E. физикстеник
9. Соматикалық денсаулық – бұл:
 А. моральды және психикалық денсаулық түрі
 В. дене тұрқы, зат алмасу деңгейі және ағзаның функционалдық жағдайы
 С. тұрақты қозғалыс белсенділігі
 D. өмір сүру деңгейінің адамның жеке ерекшеліктеріне сәйкестігі
 E. ұтымды және теңгерімді тамақтану

ОНТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казakhstanская медицинская академия»
«Мейіргер ісі-1» кафедрасы	№72/11 ()
Тәжірибелік сабаққа арналған әдістемелік нұсқаулық	16 беттің 13 беті

10. Дене шынықтыру принциптеріне жатпайды:

- A. еңбекқорлық
- B. сана
- C. әрекет
- D. қол жетімділік
- E. төзімділік

Ситуациялық есептер:

Сізге үш күндік жаңа туған баланың анасы емізу бойынша сауалдармен жүгінді: емшек сүтімен емізу кезінде 3 күндік жаңа туған баланың болжамды тамақ көлемі қандай болуы тиіс?

1. Анаңыздың сұрағына жауап беріңіз.
2. Жаңа туған балаға 3 күн өмір сүру үшін тамақтандыру схемасын жасау.

6 – сабақ

1.Тақырыбы: Патронаттық қызметтің әмбебап прогрессивті моделі, жүкті әйелдер мен жас балалар. ЮНИСЕФ модульдері.

2. Мақсаты: Студенттерге Патронаттық қызметтің әмбебап прогрессивті моделі, жүкті әйелдер мен жас балаларда қандай жағдайда болатынын үйрету. ЮНИСЕФ модульдерін үйрету.

3. Студент білуі тиіс:

- Патронаждық қызметтің әмбебап прогрессивті модел түрін білуі тиіс.

Студент істей білуі тиіс:

- Жүкті әйелдер мен жас балалардың жағдайын бағалауды білуі тиіс.
- ЮНИСЕФ модульдерінің мақсатын білуі тиіс.

4. Негізгі сұрақтар:

- Денсаулықтың төмендеуінің әлеуметтік –экономикалық аспектілері.
- Денсаулықты нығайту технологиялары.

5. Білім берудің және оқытудың әдістері (шағын топтар, пікірталастар, ситуациялық есептер, жұппен жұмыс, презентациялар, кейс-стади және т.б.).

1. Тақырып бойынша сұрақтарды қолдана отырып, тақырыпты талдау.
2. Кіші топтармен жұмыс істеу.
3. ТСО-дан қолдану (ПК, мультимедиялық проектор) сабақ тақырыбын презентациялау.
4. Ситуациялық есептерді шешу.
5. Тақырып бойынша тестерді шешу.

6.Әдебиеттер.

Негізгі әдебиеттер:

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

ОНТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казakhstanская медицинская академия»
«Мейіргер ісі-1» кафедрасы	№72/11 ()
Тәжірибелік сабаққа арналған әдістемелік нұсқаулық	16 беттің 14 беті

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

Қосымша әдебиеттер:

1. Биғалиева, Р. К Әлеуметтік медицина және денсаулық сақтауды басқару [Мәтін] : оқулық / Р. К Биғалиева. - 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.Бағдарламалық қамтамасыз ету және Интернет-ресурстары:

1. Гусманова Л.К. Денсаулықты нығайту: оқу құралы Қарағанды, 2020
<https://aknurpress.kz/reader/web/2600>
2. Укрепления здоровья: учебное пособие.Қараганда: 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. Бақылау (сұрақтар, тесттер, есептер және т.б) ұсыныстар.

Тесттер :

1. Демографиялық белгілері бойынша топтарға ЖАТПАЙДЫ:
 - А) жүктілер
 - В) балалар
 - С) қарттар
 - Д) жалғызбастылар
 - Е) мигранттар, босқындар
2. Функционалдық, патологиялық жай-күй белгілері бойынша қауіп-қатер топтарына жатпайды:
 - А) қарттар
 - В) жүкті әйелдер
 - С) дене салмағы аз, шала туған балалар
 - Д) генетикалық қауіп бар, туа біткен ауытқулары бар адамдар
 - Е) бала кезінен мүгедектер
3. Девиантты мінез-құлқы бар адамдардың қауіп-қатер топтарына жатпайды:
 - А) кедей және қамтамасыз етілмеген
 - В) злоупотребляющие алкогольсодержащей өнімдерімен
 - С) нашақорлар
 - Д) токсикомандар
 - Е) адамдар жыныстық ауытқулар
4. Тағамдық аллергия ... жиі кездеседі.
 - А) ерте балалық шақта
 - В) жүктілік кезінде
 - С) егде жаста

ОНТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казakhstanская медицинская академия»
«Мейіргер ісі-1» кафедрасы	№72/11 ()
Тәжірибелік сабаққа арналған әдістемелік нұсқаулық	16 беттің 15 беті

- D) жасөспірім кезінде
 E) ересектерде
5. Қандай тамақ өнімі ең көп таралған тамақ аллергияларға жататынын көрсетіңіз:
 A) цитрус
 B) балық
 C) сиыр сүті
 D) тауық жұмыртқасы
 E) жержаңғақ
6. Көмірсулардың құрамы бойынша жіктелуі:
 A) қарапайым және күрделі
 B) нығайтатын және қалпына келтіретін
 C) тұтқыр және сұйық
 D) суда еритін және майда еритін
 E) сіңірілетін және сіңірілмейтін
7. Майлар адам ағзасында келесі функцияларды орындайды:
 A) қорғаныс, жылуды реттейтін, энергиямен қамтамасыз ететін
 B) қорғаныс, жылуды реттейтін, нығайтатын
 C) жылуды реттейтін, қалпына келтіретін
 D) жылуды реттейтін, энергиямен қамтамасыз ететін
 E) қорғаныс, қалпына келтіретін
8. Шамадан тыс тағамды тұтынған кезде болатын невротикалық жағдай, бұл –
 A) булимия
 B) анорексия
 C) кахексия
 D) шизофрения
 E) амнезия
9. Адам шектен тыс диетаны ұстайтын невротикалық жағдай... .
 A) анорексия
 B) булимия
 C) кахексия
 D) шизофрения
 E) амнезия
10. Ересектерге арналған йодтың күнделікті қажеттілігі ...
 A. 0,15 мг
 B. 0,015 мг
 C. 1,0 мг
 D. 0,05 мг
 E. 0,5 мг

Ситуациялық есептер:

Бала салмағы 2700,0 см, дене ұзындығы 48 см дүниеге келген, Қазіргі таңда 9 ай табиғи тамақтануда.

1. Баланың тиісті дене салмағын есептеу, ақуызға, майлар мен көмірсутектерге, энергияға қажеттілікті көрсету.
2. Тамақтану рационалын жасау

<p>ONTUSTIK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ</p>		<p>SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казakhstanская медицинская академия»</p>
<p>«Мейіргер ісі-1» кафедрасы</p>		<p>№72/11 ()</p>
<p>Тәжірибелік сабаққа арналған әдістемелік нұсқаулық</p>		<p>16 беттің 16 беті</p>