

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
«Гигиена және эпидемиология» кафедрасы		59/11-2024
Білім алушылардың өзіндік жұмысына арналған әдістемелік нұсқаулар «Аурулардың алдын алу және салауатты өмір салтын қалыптастыру»		20 беттің 1 беті

БІЛІМ АЛУШЫЛАРДЫҢ ӨЗІНДІК ЖҰМЫСЫНА АРНАЛҒАН ӘДІСТЕМЕЛІК НҰСҚАУЛАР

Пәні: «Аурулардың алдын алу және салауатты өмір салтын қалыптастыру»

Пән коды: AAASOSQ 3209

БББ атауы және шифры: 6B10111 - «Қоғамдық денсаулық»

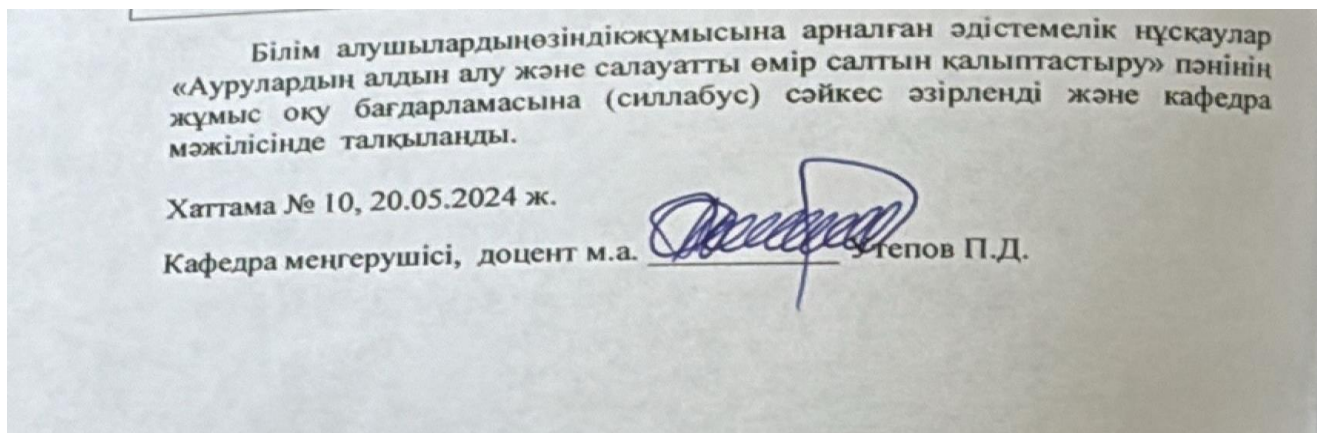
Оқу сағаты/кредит көлемі: 150 сағат / 5 кредит

Оқу курсы мен семестрі: III - курс, V- семестр

Білім алушылардың өзіндік жұмыс көлемі: 100 сағат

Шымкент, 2024 жылы

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
«Гигиена және эпидемиология» кафедрасы		
Білім алушылардың өзіндік жұмысына арналған әдістемелік нұсқаулар «Аурулардың алдын алу және салауатты өмір салтын қалыптастыру»		59/11-2024 20 беттің 2 беті



№1.

1.Тақырыбы: Репродуктивті денсаулықты қорғау және отбасын жоспарлау.

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
«Гигиена және эпидемиология» кафедрасы		59/11-2024
Білім алушылардың өзіндік жұмысына арналған әдістемелік нұсқаулар «Аурулардың алдын алу және салауатты өмір салтын қалыптастыру»		20 беттің 3 беті

2.Мақсаты: репродуктивті денсаулықты сақтаудың алдын-алу шараларын, сондай-ақ отбасын дұрыс жоспарлау жолдарын зерттеу.

3. Тапсырмалар:

- 1.Отбасын жоспарлаудың негізгі тәсілдерін анықтаңыз.
- 2.Қазақстан Республикасының репродуктивті денсаулық саласындағы саясатына шолу жасаңыз.
3. Жастардың репродуктивті денсаулығын сақтау шараларын ұсыныңыз.
4. Жасөспірімдердің жүктілігінің алдын -алу шараларын жасаңыз.
- 4.**Орындау/ бағалау түрі:** Презентация қорғау, тест сұрақтарын және жағдайлық есептерді құрастыру. Тексеру парағы. №1 қосымшаны қараңыз.
5. **Орындау критерийлері:** №2 қосымшаны қараңыз.

6. **Тапсыру мерзімі:** 2-күн.

7. **Әдебиет:** №3 қосымшаны қараңыз.

8 . Бақылау-сұрақтар:

- 1."Репродуктивті денсаулықты сақтау"нені қамтиды?
- 2.Репродуктивті денсаулықты бұзатын факторлар қандай?
- 3.Репродуктивті денсаулықты сақтау үшін не қажет?
- 4.Репродуктивті денсаулыққа не зиян тигізеді?
- 5.Репродуктивті денсаулық деңгейінің негізгі мазмұнын не анықтайды?
- 6.Неліктен репродуктивті денсаулықты сақтау керек?
- 7.Репродуктивті денсаулыққа қандай факторлар әсер етеді?
- 8.Репродуктивті денсаулық қай жаста қалыптасады?
- 9.Неліктен жасөспірім кезінен бастап репродуктивті денсаулықты сақтау және нығайту маңызды?
- 10.Жастардың репродуктивті денсаулығына қандай факторлар әсер етеді?
- 11.Адам денсаулығына қандай факторлар әсер етеді?
- 12.Адамның репродуктивті денсаулығы дегеніміз не?
- 13.Ер адамның репродуктивті денсаулығы дегеніміз не?
- 14.Жыныстық өмірдің ерте басталуы репродуктивті денсаулыққа қалай әсер етеді?
- 15.Репродуктивті жүйенің жағдайы дегеніміз не

№2.

1. Тақырыбы: Физикалық және психикалық денсаулық

2.Мақсаты: физикалық және психикалық денсаулыққа әсер ететін негізгі факторларды зерттеу.

3. Тапсырмалар:

- 1.Денсаулықты анықтаудың белгілі тәсілдерін талдаңыз.
- 2.Салауатты өмір салтының негізгі компоненттерін сипаттаңыз.
3. Физикалық денсаулықты жақсарту үшін алдын алу шараларын ұсыныңыз.

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
«Гигиена және эпидемиология» кафедрасы		59/11-2024
Білім алушылардың өзіндік жұмысына арналған әдістемелік нұсқаулар «Аурулардың алдын алу және салауатты өмір салтын қалыптастыру»		20 беттің 4 беті

4. Психикалық денсаулықты жақсарту үшін алдын алу шараларын ұсыныңыз.

4.Орындау/бағалау түрі: Презентация қорғау, тест сұрақтарын және жағдайлық есептерді құрастыру. Тексеру парағы. №1 қосымшаны қараңыз.

5. Орындау критерийлері: №2 қосымшаны қараңыз.

6. Тапсыру мерзімі: 2-күн.

7. Әдебиет: №3 қосымшаны қараңыз.

8 . Бақылау-сұрақтар:

- 1.Денсаулық психологиясын зерттеудің пәні мен міндеттері.
2. Денсаулықтың психологиялық факторлары.
3. Физикалық денсаулықтың негізгі факторлары.
4. Өмір салты: Анықтама және өмір салтын анықтайтын негізгі факторлар.
5. Салауатты өмір салтының негізгі компоненттері мен принциптері.
6. "Денсаулыққа деген көзқарас" ұғымының анықтамасы.
- 7.Денсаулыққа деген көзқарастың негізгі компоненттері, денсаулыққа деген көзқарастың жеткіліктілік/жеткіліксіздік дәрежесінің критерийлері.
8. Психикалық денсаулықтың динамикалық тұжырымдамасы. Психикалық денсаулық критерийлері.
- 9.Психикалық өзін-өзі басқарудың анықтамасы. Психикалық өзін-өзі реттеу түрлері.
10. Тұрақты әлеуметтік топтардың негізгі түрлері, қысқаша сипаттамасы.
11. Аумақтық қозғалыстардың адам денсаулығына әсері.
12. Әлеуметтік өзгерістер және қоғам денсаулығы.
- 13."Гендер" ұғымының анықтамасы. Гендерлік топтардың денсаулық көрсеткіштері.
14. Жастың денсаулыққа әсер етуінің негізгі механизмдері.

№3.

1. Тақырыбы: ЖЖБИ алдын алу.

2. Мақсаты: жер шарының тұрғындары арасында ЖЖБИ таралуын азайтуға бағытталған алдын алу шараларын зерделеу.

3. Тапсырмалар:

- 1.Қазақстанда және әлемде ЖЖБИ таралу жағдайын сипаттаңыз.
 - 2.ЖЖБИ алдын алу шараларының алгоритмін құрастырыңыз.
 - 3.ЖЖБИ-ге қарсы мекемелердің жұмысын ұйымдастыруды және жүргізуді сипаттаңыз.
 - 4.АИВ, вирустық гепатит және жыныстық жолмен берілетін инфекциялар бойынша Денсаулық сақтау секторының 2022-2030 жылдарға арналған Жаһандық стратегияларын танысып шығыңыз.
- 4.Орындау/ бағалау түрі:** Презентация қорғау, тест сұрақтарын және жағдайлық есептерді құрастыру. Тексеру парағы . №1 қосымшаны қараңыз.

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
«Гигиена және эпидемиология» кафедрасы		
Білім алушылардың өзіндік жұмысына арналған әдістемелік нұсқаулар «Аурулардың алдын алу және салауатты өмір салтын қалыптастыру»		59/11-2024 20 беттің 5 беті

5.Орындау критерийлері: №2 қосымшаны қараңыз.

6. Тапсыру мерзімі: 3-күн.

7. Әдебиет: №3 қосымшаны қараңыз.

8. Бақылау-сұрақтар:

- 1.ЖЖБИ-нің ең жақсы алдын-алу дегеніміз не?
- 2.Жыныстық жолмен берілетін ауруларға не жатады?
- 3.Сіз ЖЖБИ-нің алдын-алудың қандай әдістерін білесіз?
4. Ең көп таралған ЖЖБИ қандай?
5. Әйелдерде жасырын жыныстық инфекциялар қандай?
- 6.ЖЖБИ-нің қанша түрі бар?
- 7.Еркектерде жыныстық жолмен берілетін аурулардың белгілері қандай?

№4.

1.Тақырыбы: Салауатты өмір салтын қалыптастырудағы отбасы мен қоғамның рөлі.

2.Мақсаты: халық арасында салауатты өмір салтын қалыптастырудағы қазіргі отбасы мен қоғамның рөлін зерделеу.

3. Тапсырмалар:

- 1.СӨС қалыптастырудағы қоғамның рөлін анықтаңыз.
- 2.Балалардағы СӨС әдеттерін қалыптастырудағы ата-аналардың рөлін сипаттаңыз.
- 3.Халық арасында салауатты өмір салтын ұстануды күшейту бойынша алдын алу шараларын ұсыныңыз.

4. Орындау/ бағалау түрі: Презентация қорғау, тест сұрақтарын және жағдайлық есептерді құрастыру. Тексеру парағы . №1 қосымшаны қараңыз.

5. Орындау критерийлері: №2 қосымшаны қараңыз.

6. Тапсыру мерзімі: 4-күн.

7. Әдебиет: №3 қосымшаны қараңыз.

8 . Бақылау-сұрақтар:

1. Отбасы салауатты өмір салтын қалыптастыруға қалай әсер етеді?
2. Қоғам салауатты өмір салтын қалыптастыруға қалай әсер етеді?
- 3.Жарнамалардың өмір салтын қалыптастыруға тигізетін ықпалы.
4. Ересектер үшін салауатты өмір салты ережелері қалай ерекшеленеді?
5. Балаларға арналған салауатты өмір салты ережелері қалай ерекшеленеді?
6. Мектептер мен мектепке дейінгі мекемелердің балаларда салауатты өмір салтын қалыптастыруға әсері
7. Салауатты өмір салтын қалыптастыру орталықтарының жұмысы қандай?
8. Салауатты өмір салтын қалыптастыру саласындағы мемлекеттік саясат?
- 9 Салауатты өмір салтын қалыптастыруға тамақтанудың әсері

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
«Гигиена және эпидемиология» кафедрасы		
Білім алушылардың өзіндік жұмысына арналған әдістемелік нұсқаулар «Аурулардың алдын алу және салауатты өмір салтын қалыптастыру»		59/11-2024 20 беттің 6 беті

10. Салауатты өмір салтын қалыптастырудың тиімділігін қалай бағалауға болады?

№5

1. Тақырыбы: Скандинавиялық жүру.

2. Мақсаты: скандинавиялық жүрудің адам өміріндегі рөлін және адам ағзасына әсерін зерделеу.

3. Тапсырмалар:

1. Скандинавиялық серуендеудің пайда болуы мен даму тарихын зерттеңіз.
2. Скандинавиялық жүрудің дене бұлшықеттеріне әсерін схема түрінде көрсетіңіз.
3. Скандинавиялық жаяу жүрудің адамның ЖҚЖ әсерін бағалаңыз.
4. Скандинавиялық жүру кезіндегі энергия шығындарын есептеңіз.
<https://ecalc.ru/walk/>
5. Өткізілген дәріс, практикалық сабақтар және БӨЖ 1-6 тақырыптарының материалдарын қайталаңыз.

4. Орындау/бағалау түрі: Презентация қорғау, тест сұрақтарын және жағдайлық есептерді құрастыру, ғылыми мақаланы талдау (RBL элементі).
Тексеру парағы. №1 қосымшаны қараңыз.

5. Орындау критерийлері: №2 қосымшаны қараңыз.

6. Тапсыру мерзімі: 5-күн.

7. Әдебиет: №3 қосымшаны қараңыз.

8. Бақылау-сұрақтар:

1. Скандинавиялық жаяу таяқтармен қалай дұрыс жүру керек?
2. Скандинавиялық серуендеу қандай ауруларды емдейді?
3. Скандинавиялық серуендеуді кім жасай алмайды?
4. Скандинавиялық серуендеу әйелдер үшін не үшін пайдалы?
5. Скандинавиялық серуендеу ерлер үшін не үшін пайдалы?
6. Таңертең немесе кешке скандинавиялық серуендеу қашан жақсы?
7. Остеохондрозбен скандинавиялық серуендеуге болады ма?
8. Қарттарға арналған таяқтарды қалай тандауға болады?

№6

1. Тақырыбы: Ұйқы және денсаулық. Аралықбақылау -1.

2. Мақсаты: аурулардың алдын алу кезінде ұйқының маңыздылығы туралы зерделеу және дәрістер, практикалық сабақтар және БӨЖ 1-6 тақырыптары бойынша білім алушылардың білімі мен дағдыларын бағалау.

3. Тапсырмалар:

1. Ұйқының түрлерін, кезеңдерін және оның физиологиялық маңыздылығын зерттеңіз.

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
«Гигиена және эпидемиология» кафедрасы		
Білім алушылардың өзіндік жұмысына арналған әдістемелік нұсқаулар «Аурулардың алдын алу және салауатты өмір салтын қалыптастыру»		59/11-2024 20 беттің 7 беті

2. Сапалы ұйқының адам ағзасына әсерін бағалаңыз.
3. "Ұйқы және денсаулық" тақырыбындағы ғылыми мақалаларды талдаңыз.
- 4. Орындау/бағалау түрі:** Презентация қорғау, тест сұрақтарын және жағдайлық есептерді құрастыру, ғылыми мақаланы талдау (RBL элементі).
Тексеру парағы. Тестілеу. №1 қосымшаны қараңыз.
- 5. Орындау критерийлері:** №2 қосымшаны қараңыз.
- 6. Тапсыру мерзімі:** 6-күн.
- 7. Әдебиет:** №3 қосымшаны қараңыз.
- 8. Бақылау-сұрақтар:**
 1. Қандай ұйқы түрі пайдалы, тез немесе баяу?
 2. Ұйқыға мидың қай бөлігі жауап береді?
 3. Тез ұйқы кезеңінің көлемі баяу ұйқыдан көп болса не істеу керек?
 4. Баяу және жылдам ұйқы қанша уақытқа созылады?
 5. Ұйқы қану үшін, қанша уақыт терең ұйқы қажет?
 6. Ең пайдалы ұйқы қандай?
 7. Неліктен кешкі сағат 5-те ұйықтауға болмайды?
 8. Күндіз ұйықтап және түнде ұйықтамауға бола ма?

№7

- 1. Тақырыбы:** ТМД және дамыған елдерде салауатты өмір салтын насихаттау.
- 2. Мақсаты:** әр түрлі елдердегі халықтың салауатты өмір салтын ұстануын салыстыру.
- 3. Тапсырмалар:**
 1. Өмір салтын қалыптастыратын факторларды сипаттаңыз.
 2. Өмір салтының негізгі қауіп факторларын және олардың Медициналық және әлеуметтік маңыздылығын сипаттаңыз.
 3. Дамыған елдерде және ТМД-да СӨС насихаттау бойынша жүргізіліп жатқан іс-шараларды салыстырыңыз.
 4. Халықты гигиеналық тәрбиелеуде қолданылатын әдістер мен үгіт-насихат құралдарына сипаттама беріңіз.
- 4. Орындау/бағалау түрі:** Презентация қорғау, тест сұрақтарын және жағдайлық есептерді құрастыру. Тексеру парағы. №1 қосымшаны қараңыз.
- 5. Орындау критерийлері:** №2 қосымшаны қараңыз.
- 6. Тапсыру мерзімі:** 7-күн.
- 7. Әдебиет:** №3 қосымшаны қараңыз.
- 8. Бақылау-сұрақтар:**
 1. Өмір салты дегеніміз не?
 2. Өмір салтының құрылымына не кіреді?
 3. Өмір салтының элементтері қандай критерийлерге сәйкес топтастырылған?

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
«Гигиена және эпидемиология» кафедрасы		
Білім алушылардың өзіндік жұмысына арналған әдістемелік нұсқаулар «Аурулардың алдын алу және салауатты өмір салтын қалыптастыру»		59/11-2024 20 беттің 8 беті

4. Өмір салтының кейбір терминдеріне анықтама беріңіз.
5. Халықтың денсаулығын қалыптастыратын факторларға не жатады?
6. Өмір салтына әсер ететін негізгі қауіп факторлары және олардың медициналық-әлеуметтік маңыздылығын айту.
7. Салауатты өмір салтын насихаттаудың мақсаты неде?
8. Салауатты өмір салтын насихаттау мақсатын жүзеге асыру үшін міндеттерді тізімдеңіз.
9. Германияда СӨСҚ бойынша қандай артықшылықтар бар?
10. ТМД елдерінің бағдарламасы біздің Қазақстан Республикасынан несімен ерекшеленеді.

№8.

1. **Тақырыбы:** Эмоциялар, стрестер және денсаулық.
2. **Мақсаты:** эмоциялар мен стрестің адам өміріне әсерін зерделеу.
3. **Тапсырмалар:**
 1. Стрестік жағдайлардың дамуының объективті себептерін анықтаңыз.
 2. Стресс пен эмоцияның адам денсаулығына әсерін сипаттаңыз.
 3. Қазіргі мектеп оқушыларының психологиялық жай-күйіне баға беріңіз.
 4. Адамның эмоционалды күйзелісін азайту үшін тиімді шараларды ұсыныңыз.
4. **Орындау/бағалау түрі:** Презентация қорғау, тест сұрақтарын және жағдайлық есептерді құрастыру. Тексеру парағы. №1 қосымшаны қараңыз.
5. **Орындау критерийлері:** №2 қосымшаны қараңыз.
6. **Тапсыру мерзімі:** 8-күн.
7. **Әдебиет:** №3 қосымшаны қараңыз.
8. **Бақылау-сұрақтар:**
 1. Стресс адам ағзасына қалай әсер етеді?
 2. Неліктен стресс денсаулыққа зиянды?
 3. Стресс әйел гормондарына қалай әсер етеді?
 4. Қатты стрестен кейін денеде қандай өзгерістер болады?
 5. Қатты стрестен кейін жүйке жүйені қалай қалпына келтіруге болады?
 6. Стресте қандай белгілер болады?
 7. Біздің көңіл-күйіміз денсаулыққа қалай әсер етеді?
 8. Стрестің алдын-алу шараларын атаңыз.

№9.

1. **Тақырыбы:** Алкоголизмнің, темекі шегудің алдын алу.
2. **Мақсаты:** алкогольдің, темекінің адам ағзасына әсерін зерделеу және алдын-алу.
3. **Тапсырмалар:**

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
«Гигиена және эпидемиология» кафедрасы		
Білім алушылардың өзіндік жұмысына арналған әдістемелік нұсқаулар «Аурулардың алдын алу және салауатты өмір салтын қалыптастыру»		59/11-2024 20 беттің 9 беті

1.Қазақстанда және әлемде алкогольизм мен темекі шегудің таралуының статистикалық деректерін келтіріңіз.

2.ҚР нормативтік базаларын пайдалана отырып, алкогольизмге және темекі шегуге қарсы күрес бойынша тиімді алдын алу шараларын жасаңыз.

4.Орындау/бағалау түрі: Презентация қорғау, тест сұрақтарын және жағдайлық есептерді құрастыру. Тексеру парағы. *№1 қосымшаны қараңыз.*

5.Орындау критерийлері: *№2 қосымшаны қараңыз.*

6. Тапсыру мерзімі: 9- күн.

7. Әдебиет: *№3 қосымшаны қараңыз.*

8. Бақылау-сұрақтар:

1. Алкоголь мен темекіге тәуелділіктің түрлерін атаңыз.

2.Темекі шегу мен алкогольизмнің адам ағзасына қандай кері әсері бар?

3.Никотин жасөспірімнің денесіне қалай әсер етеді және олардың салдарын атаңыз.

4.Ерте темекі шегудің адам өмірінің жыныстық жетілу кезеңіндегі жүрек-қан тамырлары жағдайына әсері қандай?

5.Студенттер арасында темекі шегудің себептерін және олардың салдарын атаңыз.

6.Темекі шегудің балалар мен жасөспірімдердің психикалық дамуына әсері қандай?

№10.

1. Тақырыбы: Артық салмақ пен семіздіктің алдын алу.

2. Мақсаты: халықтың әртүрлі жас топтары арасында семіздіктің таралуын зерделеу және оны төмендету шараларын әзірлеу.

3. Тапсырмалар:

1.Қазақстанда және әлемде артық дене салмағының және семіздіктің таралуының статистикалық деректерін келтіріңіз.

2.ҚР нормативтік базаларын пайдалана отырып, семіздікке қарсы күрес бойынша тиімді алдын алу шараларын жасаңыз.

3.Артық салмақ пен семіздіктің негізгі себептерін анықтаңыз.

4.Дене салмағының индексін формула бойынша есептеңіз.

5. Халық арасында артық салмақ пен семіздіктің алдын алу бойынша ғылыми мақалаларды талдаңыз.

4.Орындау/бағалау түрі: Презентация қорғау, тест сұрақтарын және жағдайлық есептерді құрастыру, ғылыми мақаланы талдау (RBL элементі). Тексеру парағы. *№1 қосымшаны қараңыз.*

5. Орындау критерийлері: *№2 қосымшаны қараңыз.*

6. Тапсыру мерзімі: 10- күн.

7. Әдебиет: *№3 қосымшаны қараңыз.*

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
«Гигиена және эпидемиология» кафедрасы		59/11-2024
Білім алушылардың өзіндік жұмысына арналған әдістемелік нұсқаулар «Аурулардың алдын алу және салауатты өмір салтын қалыптастыру»		20 беттің 10 беті

8. Бақылау-сұрақтар:

1. Артық салмақ пен семіздік дегеніміз не?
2. Артық салмақ пен семіздіктің себебі неде?
3. Ең көп таралған салдары қандай?
4. Артық салмақ пен семіздікті қалай азайтуға болады?
5. Балалар семіздігінің алдын алу.

№11.

1.Тақырыбы: ЖИТС-тің алдын алу.

2.Мақсаты: ЖИТС пен АИТВ-инфекциясының эпидемиологиялық жағдайын зерделеу және алдын-алуды.

3. Тапсырмалар:

1. ЖИТС дамуының негізгі қауіп факторларын анықтаңыз.
2. Қазақстанда және әлемде ЖИТС пен АИТВ-инфекциясының таралуының статистикалық деректерін келтіріңіз.
3. ҚР нормативтік базаларын пайдалана отырып, ЖИТС және АИВ-инфекциясымен күрес бойынша тиімді алдын алу шараларын жасаңыз.
4. **Орындау/бағалау түрі:** Презентация қорғау, тест сұрақтарын және жағдайлық есептерді құрастыру. Тексеру парағы. *№1 қосымшаны қараңыз.*
5. **Орындау критерийлері:** *№2 қосымшаны қараңыз.*

6. Тапсыру мерзімі: 11- күн.

7. Әдебиет: *№3 қосымшаны қараңыз.*

8. Бақылау-сұрақтар:

1. ЖИТС дегеніміз не?
2. АИВ-инфекциясы мен ЖИТС-тің айырмашылығы неде?
3. ЖИТС-тің себептері қандай?
5. ЖИТС-тің алдын алуда СӨС-маманның рөлі қандай?
6. АИВ - даму кезеңдерін атаңыз.

№12.

1.Тақырыбы: Қауіпті жұқпалы аурулардың алдын алу. Токсикоманияның профилактикасы. Аралық бақылау -2.

2.Мақсаты: - қауіпті жұқпалы аурулардың алдын алу бойынша тиімді профилактикалық және дезинфекциялық шараларды зерделеу.
- уытқұмарлықтың адам ағзасына әсерін зерделеу, сондай-ақ дәрістер, практикалық сабақтар және БӨЖ 7-12 тақырыптар бойынша білім алушылардың білімі мен дағдыларын бағалау.

3. Тапсырмалар:

1. Әлемде және Қазақстанда қауіпті инфекциялар бойынша ағымдағы эпидемиологиялық жағдайды талдаңыз.

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
«Гигиена және эпидемиология» кафедрасы		
Білім алушылардың өзіндік жұмысына арналған әдістемелік нұсқаулар «Аурулардың алдын алу және салауатты өмір салтын қалыптастыру»		59/11-2024 20 беттің 11 беті

2.Қауіпті инфекциялар үшін профилактикалық және эпидемияға қарсы шараларды жасаңыз.

3. Жұқпалы аурулар саласындағы ережелерді зерттеңіз.

4.Жастар арасындағы нашақорлықтың негізгі қауіп факторларын анықтаңыз.

5.Қазақстан мен әлемдегі уытқұмарлық бойынша ағымдағы жағдайды талдаңыз.

6.ҚР нормативтік базаларын пайдалана отырып, уытқұмарлықтың алдын алудың тиімді шараларын ұсыныңыз.

7.Дәрістердің, практикалық сабақтардың және БӨЖ 7-12 тақырыптарының материалдарын қайталаңыз.

4.Орындау/бағалау түрі: Презентация қорғау, тест сұрақтарын және жағдайлық есептерді құрастыру. Тексеру парағы. Тестілеу. №1 қосымшаны қараңыз.

5.Орындау критерийлері: №2 қосымшаны қараңыз.

6. Тапсыру мерзімі: 12- күн.

7. Әдебиет: №3 қосымшаны қараңыз.

8. Бақылау-сұрақтар:

1. Қауіпті инфекцияларды тізімдеңіз.

2.Алдын алу шаралары тыныс алу жүйесінің инфекциясы үшін жүзеге асырылады.

3. Ішек инфекциясы үшін эпидемияға қарсы шараларды тізімдеңіз.

4. Аса қауіпті инфекцияларға арналған халықаралық ұсыныстар

5. «Токсикомания» ұғымына анықтама беріңіз.

6. Жасөспірімдерде токсикоманияның дамуына қандай себептер әкеледі?

7. Токсикоманияның негізгі клиникалық белгілерін тізімдеңіз.

8. Әлемде және ҚР-да токсикоманияның таралу статистикасы қандай?

9.Жастар арасында токсикоманияны төмендету бойынша алдын алу шаралары.

№1 қосымша

№	Бағалау критерийлері	Өте жақсы (90-100%)	Жақсы (70-89%)	Қанағаттанарлық (50-69%)	Қанағаттанарлықсыз (25-49%)
1	А 4, қаріп Times New Roman, шрифт өлшемі 14, есептер саны 5, тапсырмалар саны 4 кем емес.	18-20	14-17,8	10-1,8	0-9,8

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
«Гигиена және эпидемиология» кафедрасы		59/11-2024
Білім алушылардың өзіндік жұмысына арналған әдістемелік нұсқаулар «Аурулардың алдын алу және салауатты өмір салтын қалыптастыру»		20 беттің 12 беті

2	Есептер берілген тақырыпқа сай, жағдай мен фактілер, қойылған сұрақтар жалпыға түсінікті.	18-20	14-17,8	10-13,8	0-9,8
3	Кәсіби терминологиясы бар, тақырыпқа сай нормативтік-құқықтық құжаттар мен СанЕ қолданылған.	18-20	14-17,8	10-13,8	0-9,8
4	Әдебиеттер саны 5-6 кем емес, соңғы 5 жылды қамтиды. Есеп тердің жауаптары бар, дұрыс құрастырылған.	18-20	14-17,8	10-13,8	0-9,8
5	Ғылыми терминологияны қолдана отырып, нақты, сауатты, дәлелді түрде есеп бере білу.	18-20	14-17,8	10-13,8	0-9,8

Бақылау түрі	Баға	Бағалау критерийлері:
Тест тапсырмаларын құрастыру	Өте жақсы А (95-100%)	Тест тапсырмаларында 20 сұрақ бар. Жауаптың 5 нұсқасы бар. Тест тапсырмалары лексикалық сауатты құрастырылған. Белгіленген мерзімде тапсырылды. Мәтіннің негізі мазмұнды. Тест тапсырмалары нақты, дұрыс, нақты тұжырымдалған. Тесттің мазмұны тек бір толық ойға ие және дұрыс жауаптар дұрыс белгіленген. Нормативтік құжаттарды,

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
«Гигиена және эпидемиология» кафедрасы		59/11-2024
Білім алушылардың өзіндік жұмысына арналған әдістемелік нұсқаулар «Аурулардың алдын алу және салауатты өмір салтын қалыптастыру»		20 беттің 13 беті

		сондай-ақ осы тақырып бойынша жаңа ғылыми-статистикалық материалдарды пайдалану.
	A- (90-94%)	Тест тапсырмаларында 20 сұрақ бар. Жауаптың 5 нұсқасы бар. Тест тапсырмалары лексикалық сауатты құрастырылған. Белгіленген мерзімде тапсырылды. Мәтіннің негізі мазмұнды. Тест тапсырмалары нақты, дұрыс, нақты тұжырымдалған. Тесттің мазмұны тек бір толық ойға ие және дұрыс жауаптар дұрыс белгіленген.
	Жақсы B+ (85-89%)	Тест тапсырмаларында 20 сұрақ бар. Жауаптың 5 нұсқасы бар. Белгіленген мерзімде тапсырылды. Мәтіннің негізі мазмұнды. Тест тапсырмалары нақты, дұрыс, нақты тұжырымдалған. дұрыс жауаптар дұрыс белгіленген. Сұрақтарды құрастыруда "кейде", "әрқашан", "ешқашан", "жиі" сөздері қолданылады.
	B (80-84%);	Тест тапсырмалары кемінде 20 сұрақтан тұрады. Жауаптың 5 нұсқасы бар. Белгіленген мерзімде тапсырылды. Мәтіннің негізі мазмұнды. Тест тапсырмалары нақты, дұрыс, нақты тұжырымдалған. Жауаптардың бірдей және барабар нұсқалары. Жауаптар алгоритмі бар және дұрыс жауаптар дұрыс белгіленген. Құрастыру кезінде орфографиялық қателіктер жіберілді.
	B- (75-79%)	Тест тапсырмалары кемінде 18 сұрақтан тұрады және белгіленген мерзімде тапсырылған. Мәтіннің негізі мазмұнды. Тест тапсырмалары нақты, дұрыс, нақты тұжырымдалған. Құрастыру кезінде орфографиялық қателіктер жіберілді. Дұрыс жауаптар дұрыс белгіленген. Тапсырмада жауаптың тек 4 нұсқасы бар.
	C+ (70-74%)	Тест тапсырмалары 16 кем емес сұрақтан тұрады және белгіленген мерзімде

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
«Гигиена және эпидемиология» кафедрасы		59/11-2024
Білім алушылардың өзіндік жұмысына арналған әдістемелік нұсқаулар «Аурулардың алдын алу және салауатты өмір салтын қалыптастыру»		20 беттің 14 беті

		тапсырылған. Мәтіннің негізі мазмұнды. Тест тапсырмалары нақты, дұрыс, нақты тұжырымдалған. Құрастыру кезінде орфографиялық қателіктер жіберілді. Дұрыс жауаптар дұрыс белгіленген. Тапсырмада жауаптың тек 4 нұсқасы бар.
Қанағаттанарлық C (65-69%)		Тест тапсырмаларында 15 сұрақ болады. Тесттер уақтылы тапсырылмаған. Мәтіннің негізі мағынасыз. Тест тапсырмалары бар, анық емес, дұрыс емес, нақты емес. Тапсырмада жауаптың тек 4 нұсқасы бар.
C- (60-64%);		Тест тапсырмаларында 14 сұрақ болады. Тесттер уақтылы тапсырылмаған. Мәтіннің негізі мағынасыз. Тест тапсырмалары бар, анық емес, дұрыс емес, нақты емес. Тапсырмада жауаптың тек 3 нұсқасы бар. Тапсырманың жауаптарында "барлық жауаптар дұрыс/барлық жауаптар дұрыс емес" және "жоғарыда айтылғандардың бәрі/төменде айтылғандардың бәрі" бар.
D+ (55-59%);		Тест тапсырмаларында 12 сұрақ болады. Тесттер уақтылы тапсырылмаған. Мәтіннің негізі мағынасыз. Тест тапсырмалары бар, анық емес, дұрыс емес, нақты емес. Тапсырмада жауаптың тек 3 нұсқасы бар. Тапсырма сұрақ түрінде жасалады. Кейбір тапсырмалар тақырыпқа сәйкес келмейді.
D (50-54%)		Тест тапсырмаларында 10 сұрақ бар. Тесттер уақтылы тапсырылмаған. Мәтіннің негізі мағынасыз. Тест тапсырмалары бар, анық емес, нақты емес. Барлық дұрыс жауаптар дұрыс белгіленбеген.
Қанағаттанарлықсыз FX (25-49%)		Тест тапсырмаларында 10-нан кем сұрақ бар. Мәтіннің мазмұны жоқ, сұрақтың тұжырымы анық емес. Жауаптарда бір тұтастық және жауап алгоритмі

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
«Гигиена және эпидемиология» кафедрасы		59/11-2024
Білім алушылардың өзіндік жұмысына арналған әдістемелік нұсқаулар «Аурулардың алдын алу және салауатты өмір салтын қалыптастыру»		20 беттің 15 беті

		жоқ. Уақытылы тапсырылмаған.
	F (0-24%)	Тесттер құрастырылмаған.

Бақылау түрі	Баға	Бағалау критерийлері:
Презентацияны қорғау	Өте жақсы A (95-100%) A- (90-94%)	Егер де білім алушы презентация кезінде ешқандай қателік пен дәлсіздік жібермесе. Тақырып бойынша теорияларды, концепция мен бағыттарды білсе және оларға баға бере білсе, ғылыми жетістіктерді келтіргенде. Мазмұны мен безендірілуі презентацияға қойылатын талапқа сай болғанда. Тақырып бойынша дайындалған слайдтар саны 25 болғанда.
	Жақсы B+ (85-89%); B (80-84%); B- (75-79%) C+ (70-74%)	Егер де білім алушы презентация кезінде айтарлықтай емес қателік пен айтарлықтай емес дәлсіздік жіберсе немесе қағидалық қателік жіберіп, оны студент өзі түзесе, материалды оқытушының көмегімен жүйелей білгенде. Мазмұны мен безендірілуінде презентацияға қойылатын талаптан сәл ғана ауытқу болғанда. Тақырып бойынша дайындалған слайдтар саны 20 болғанда.
	Қанағаттанарлық C (65-69%) C- (60-64%)	Егер де білім алушы презентация кезінде айтарлықтай дәлсіздік жібергенде немесе қағидалық қателік жіберіп, оқытушы айтқан негізгі әдебиттермен ғана шектелгенде, материалды жүйелей алмағанда. Мазмұны мен безендірілуінде презентацияға қойылатын талаптан айтарлықтай ауытқушылық болғанда.

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
«Гигиена және эпидемиология» кафедрасы		59/11-2024
Білім алушылардың өзіндік жұмысына арналған әдістемелік нұсқаулар «Аурулардың алдын алу және салауатты өмір салтын қалыптастыру»		20 беттің 16 беті

		Презентацияның мазмұны тақырыпқа сай келмегенде. Дайындалған слайдтар саны 15-тен кем болғанда.
	D+ (50-54%) D (50-54%)	Егер де білім алушы презентация кезінде қағидалық қателік жіберсе, ғылыми терминологияны қолдана алмағанда, логикалық қатемен баяндағанда. Мазмұны мен безендірілуінде презентацияға қойылатын талаптан айтарлықтай ауытқушылық болғанда. Презентацияның мазмұны тақырыпқа сай келмегенде. Тақырып бойынша слайдтар саны 10 болғанда.
	Қанағаттанарлықсыз FX (25-49%) F(0-24%)	Презентацияның мазмұны тандалған тақырыпқа сай емес. Мазмұны мен безендірілуінде талаптан айтарлықтай қате болғанда. Дайындалған слайдтар саны 10-нан кем болғанда. Презентацияны дайындалмағанда.

№2 қосымша

БӨЖ орындау критерийлері:

1.Презентация дайындау: *Стиль:*-безендірудің бір тұтас стилі, презентациядан көңіл аударатын стиль болмау керек және қосымша ақпарат мәтін мен суреттен көп болмау керек; *Фон:*- салқын тон тандалу керек (жасыл, қара көк); *Түсті қолдану:* бір слайдта үштен артық түс қолданылмау қажет; *Мазмұны:* қысқа сөз бен сөйлем қолдану, тарау аттары аудиторияның көңілін аудартатындай болуы керек; *Бетте орналасу тәртібі:* ақпарат көлденеңінен орналасу керек, негізгі ақпарат экранның ортасында орналасуы керек, атаулар суреттердің астында орналасуы керек; *Шрифттер:* тараудың атаулары үшін – 24 кем емес; ақпараттар үшін – 18 кем емес, Ақпаратты бөлу үшін қалың шрифт, курсив қолданылады; *Бөлу әдістері:* рамкалар, шекаралар қолданылады: әртүрлі түсті шрифтер, белгі, сурет, диаграмма, сызбалар қолданылады; *Ақпарат көлемі:* бір слайдты көп ақпаратпен толтырудың қажеті жоқ; *Слайд түрлері:* әртүрлі слайд жасау үшін мәтін,

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
«Гигиена және эпидемиология» кафедрасы		
Білім алушылардың өзіндік жұмысына арналған әдістемелік нұсқаулар «Аурулардың алдын алу және салауатты өмір салтын қалыптастыру»		59/11-2024 20 беттің 17 беті

кесте, диаграммалар қолдану қажет. Бір тақырыпқа 25 слайд дайындау керек.

2. *Тест тапсырмаларын құрастыру:* Тест тапсырмалары тақырыбы бойынша 20-дан кем болмауы керек. Белгіленген уақытта тапсырылады. Мазмұнды тест. Тест тапсырмалары нақты, дәлелді, берілген тақырыбы бойынша құрастырылады. Жауаптар адекватты және бірыңғай. Жауап алгоритмі бар. Дұрыс жауап берілген. Тест тапсырмалары сұрақ түрінде құрастырылмайды. Қолданылған әдебиеттер тізімін көрсету қажет. *Формат:* А4 Times New Roman, шрифт 14, шеті, жоғары, төмен, оң жағы- 2 см, сол жағы - 3 см;

3. *Жағдайлық есептерді құрастыру:* *Талаптар:* адекватты, мәтіннің қарапайымдылығы, тапсырманың түсіктілігі. Қойылған сұрақтар (3-4) нақты әрі тақырыпқа сай болуы шарт. Жағдайды сипаттау, берілген сандар мен фактілер түсінікті, нақты болуы керек. Құрастырылатын жағдайлық есептің саны 5-тен кем емес. *Формат:* А4 Times New Roman, шрифт 14, шеті, жоғары, төмен, оң жағы- 2 см, сол жағы - 3 см;

*Ескерту**-БӨЖ орындауда қолданылатын әдебиет көздерінің ұсынылатын саны 5-7 кем емес, 5-жылдан артпауы қажет.

№3 қосымша

Электронная библиотека ЮКМА	https://e-lib.skma.edu.kz/genres
Республиканская межвузовская электронная библиотека (РМЭБ)	http://rmebrk.kz/
Цифровая библиотека «Aknurpress»	https://www.aknurpress.kz/
Электронная библиотека «Эпиграф»	http://www.elib.kz/
Эпиграф - портал мультимедийных учебников	https://mbook.kz/ru/index/
ЭБС IPR SMART	https://www.iprbookshop.ru/auth
Информационно-правовая система «Зан»	https://zan.kz/ru
Cochrane Library	https://www.cochranelibrary.com

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ	 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
«Гигиена және эпидемиология» кафедрасы	59/11-2024
Білім алушылардың өзіндік жұмысына арналған әдістемелік нұсқаулар «Аурулардың алдын алу және салауатты өмір салтын қалыптастыру»	20 беттің 18 беті

Электронды басылымдар:

1. Дәріс кешені. Ғаламдық денсаулық сақтау пәні бойынша [[Электронный ресурс](#)]: дәріс кешені / №1 қоғамдық денсаулық сақтау кафедрасы. - Электрон. текстовые дан. (208Кб). - Шымкент : ОҚМФА, 2016.
2. Эпидемиология. Ерманова С.А., 2019/ <https://aknurpress.kz/reader/web/1081>
3. Ракишева Т.Т., Амреева, Л.М. Салауатты өмір салтының негіздері : Оқу құралы. - Өскемен: ШҚМУ, 2006. - 80 б. <http://rmebrk.kz/book/31480>
4. Әбішева, Т.Ө. Экологиялық білім мен салауатты өмір салтын қалыптастыру : Оқу құралы. - Алматы: «Қыздар университеті» баспасы, 2016. – 200 б. <http://rmebrk.kz/book/1160371>
5. Амиреев С.А. / Эпидемиология. Частная эпидемиология: II-ТОМ. учебник. - Караганда: ТОО «Medet Group». 2021. 736с. <https://aknurpress.kz/reader/web/2979>
6. Экологическая эпидемиология. Карабалин С.К., 2016 / <https://aknurpress.kz/reader/web/1082>
7. Жалпы гигиена. Рыскулова А.Р., Кошкимбаева С.А., 2017 / <https://www.aknurpress.kz/reader/web/2189>

Әдебиет:

Негізгі:

1. Денсаулықты нығайту: оқу құралы/ Гусманова Л.К. – Қарағанды: Medet Group, – 2020 -262 б.
2. Алиментарлық аурулардың профилактикасы: оқу құралы / [және т.б.]. - Алматы : Эпиграф, 2022. - 156 б.
3. Лисицын, Ю. П. Общественное здоровье и здравоохранение : учебник / Ю. П. Лисицын, Г. Э. Улумбекова ; М-во образования и науки. - 3-е изд., перераб. и доп ; Рек. ГОУ ВПО "Первый Моск. гос. мед. ун-т им. И. М. Сеченова". - М. : ГЭОТАР - Медиа, 2013. - 544 ил.
4. Биғалиева, Р. К Әлеуметтік медицина және денсаулық сақтауды басқару : оқулық / Р. К Биғалиева. - Алматы : Эверо, 2014. - 560 б.

Қосымша:

1. Тайжанов С. Салауатты өмір салтының негіздері [Мәтін] : әдістемелік құрал / С. Тайжанов. - Алматы : Эверо, 2014.
2. Мамырбаев А.А. Репродуктивное здоровье в системе общественного здравоохранения: монография / б.м./: Хабар- сервис, 2022. – 172с.
3. Тель, Л. З. Кодекс здоровья. Евроазиатская система. Сохранения здоровья: монография / Л. З. Тель. - 6-е изд. - Алматы : Эверо, 2012. - 152 с.
4. Датқаева Г. М. Балалар мен жасөспірімдердегі семіздікті диагностикалау, емдеу және алдын алу ұсыныстары: оқу құралы / Г. М. Датқаева. - Шымкент : Әлем баспаханасы, 2024. - 144 б.

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ  SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»	
«Гигиена және эпидемиология» кафедрасы	59/11-2024
Білім алушылардың өзіндік жұмысына арналған әдістемелік нұсқаулар «Аурулардың алдын алу және салауатты өмір салтын қалыптастыру»	20 беттің 19 беті