

Электронная цифровая подпись

Буланов Сергей Иванович



F C 9 3 E 8 6 7 C 8 C 2 1 1 E 9

Супильников Алексей Александрович



0 2 8 E 5 3 4 9 C 8 C 3 1 1 E 9

Утверждено "30" мая 2024 г.
Протокол № 5

председатель Ученого Совета Буланов С.И.
ученый секретарь Ученого Совета
Супильников А.А.

**ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ
ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ
по дисциплине «САНОЛОГИЯ»**

Направление подготовки 34.03.01 Сестринское дело
(уровень бакалавриата)

Направленность: Сестринское дело

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

Форма обучения: очно-заочная

Срок обучения: 4 года 6 мес

Год поступления 2024

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

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

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) дисциплины (этапы формирования компетенций)	Код контролируемой компетенции (или её части) / и ее формулировка – по желанию	Наименование оценочного средства	Шкала оценивания
1	Введение в санологию. Основные понятия.	ОПК-9	Устный ответ, реферат, решение ситуационных задач, стандартизированный тестовый контроль	Пятибалльная шкала оценивания
2	Формирование физического и психического здоровья. Соматическое здоровье населения и его основные характеристики. Медико-гигиенические аспекты ЗОЖ.	ОПК-9	Устный ответ, реферат, решение ситуационных задач, стандартизированный тестовый контроль	Пятибалльная шкала оценивания
3	Здоровье и образ жизни. Понятие и причины формирования вредных привычек.	ОПК-9	Устный ответ, реферат, решение ситуационных задач, стандартизированный тестовый контроль	Пятибалльная шкала оценивания
4	Питание и здоровье. Рациональное питание.	ОПК-9	Устный ответ, реферат, решение ситуационных задач, стандартизированный тестовый контроль	Пятибалльная шкала оценивания
5	Основы психического здоровья. Влияние стресса на психическое состояние человека.	ОПК-9	Устный ответ, реферат, решение ситуационных задач, стандартизированный тестовый контроль	Пятибалльная шкала оценивания
6	Семья и здоровье. Понятие о рациональном режиме дня. Зачёт	ОПК-9	Устный ответ, реферат, решение ситуационных задач, стандартизированный тестовый контроль, проведение круглого стола	Пятибалльная шкала оценивания

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

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

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

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

2.1.1. Перечень тематик рефератов и презентаций для текущего контроля успеваемости (по выбору преподавателя и/или обучающегося)

Тема 1. Введение в санологию. Основные задачи и понятия.

1. Понятие «здоровье», его содержание и критерии оценки.
2. Физическое, психическое, социальное здоровье. Понятие характеристики оценка.
3. Основные факторы влияющие на здоровье их значение и характеристика.
4. Неинфекционные заболевания, Факторы риска развития НИЗ по данным ВОЗ
5. Рекомендации ВОЗ по профилактике НИЗ

Тема 2. Формирование физического и психического здоровья. Соматическое здоровье населения и его основные характеристики.

1. Онтогенез, понятие характеристика периодов развития. Критические периоды.

2. Основные направления формирования физического и психического здоровья ребенка в пренатальный период. Значение профилактических мероприятий.

3. Основные направления формирования физического и психического здоровья ребенка в постнатальный период. Значение профилактических мероприятий

4. Факторы, влияющие на рост и развитие человека

Тема 3. Здоровье и образ жизни. Понятие и причины формирования вредных привычек.

1. Образ жизни, Здоровый образ жизни.

2. Двигательная активность. Значение физической активности для сохранения здоровья и профилактики НИЗ.

3. Курение, влияние на здоровье плода, ребенка, беременной женщины, взрослого человека.

4. Причины формирования вредных привычек. Вредные привычки как фактор риска НИЗ, профилактика вредных привычек.

5. Здоровый образ жизни, его составляющие. Формирование ЗОЖ в РФ

Тема 4. Питание и здоровье. Рациональное питание.

1. Принципы рационального питания. Нерациональное питание, как фактор риска НИЗ.

2. Рекомендации ВОЗ по рациональному питанию и профилактике НИЗ.

3. Диетическое питание, организация в медицинских учреждениях.

4. Особенности питания в детском возрасте.

Тема 5. Основы психического здоровья. Влияние стресса на психическое состояние человека.

1. Психическое здоровье. Критерии оценки. Рекомендации ВОЗ по укреплению и охране психического здоровья.

2. Стресс, понятие, виды стресса, влияние стресса на здоровье человека.

3. Способы преодоления стресса.

Тема 6. Семья и здоровье. Понятие о рациональном режиме дня. Медико-гигиенические аспекты ЗОЖ.

1. Понятие семьи, основные функции семьи. Роль семьи в сохранении и укреплении здоровья ребенка.

2. Рациональный режим труда и отдыха. Утомление, переутомление их профилактика.

3. Режим труда и отдыха. Контроль на предприятиях, значение для сохранения психического и физического здоровья.

4. Сон, его значение для организма человека. Организация сна.

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

2.2. Проведение круглого стола по теме: Принципы санологии в профессиональной деятельности медицинской сестры

Код компетенции	Содержание компетенции
ОПК-9	Способен распространять знания о здоровом образе жизни, направленные на повышение санитарной культуры и профилактику заболеваний пациентов (населения)
1	Способы распространения знаний о ЗОЖ среди различных групп населения.
2	Выбрать варианты работы по распространению знаний о ЗОЖ среди лиц разных возрастных групп
3	Пропаганда знаний о здоровом образе жизни, направленных на профилактику заболеваний пациентов (населения)

2.3. Итоговый контроль по дисциплине

Тесты, проверяющие освоение компетенции/ индикатора достижения компетенции

1. Выберите один правильный ответ (иОПК-9.1)

Здоровье человека на 50% зависит от

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

Эталон ответа: 2

2. Выберите один правильный ответ(иОПК-9.1)

К показателям, характеризующим физическое развитие человека, относятся:

1. показатели телосложения, здоровья и развития физических качеств;
2. показатели уровня физической подготовленности и спортивных результатов;
3. уровень и качество сформированных жизненно важных двигательных умений и навыков;

Эталон ответа: 1

3. Выберите один правильный ответ (иОПК-9.1)

Какое питание называется сбалансированным?

- 1) распределённое по времени суток, калорийности и количеству пищи;
- 2) которое назначается в лечебных целях при конкретном заболевании;
- 3) составленное с учётом физиологических потребностей организма, возраста, пола, веса, состояния здоровья;
- 4) направленное на лечение дефицита витаминов.

Эталон ответа: 3

4. Выберите один правильный ответ (иОПК-9.1)

Как называется неспецифический ответ организма на любой раздражающий фактор?

1. тревога;
2. стресс;
3. дезорганизация;
4. истощение;
5. адаптация.

Эталон ответа: 2

5. Выберите один правильный ответ (иОПК-9.1)

Что такое факторы риска развития неинфекционных заболеваний:

1. воздействия, которые являются причиной неинфекционных заболеваний (НИЗ);
2. факторы, которые укрепляют защитные свойства организма;
3. воздействия, которые способствуют развитию НИЗ;

Эталон ответа: 3

6. Выберите один правильный ответ (иОПК-9.1)

Основные направления профилактики НИЗ:

1. формирование ЗОЖ у населения
2. создание новых лекарственных препаратов
3. вакцинация населения
4. проведение диспансеризации и медицинских осмотров

Эталон ответа: 1

7. Выберите один правильный ответ (иОПК-9.1)

Психическое здоровье – это:

- 1) оптимальное состояние и функционирование всех систем человека;
- 2) состояние равновесия между человеком и внешним миром, объективное отражение реальности;
- 3) только нормальное функционирование ЦНС;

Эталон ответа: 2

8. Выберите один правильный ответ (иОПК-9.1)

Важно ли будущим родителям уделять внимание своему здоровью при планировании семьи и для рождения здорового ребёнка?

1. это не имеет значение
2. надо следить за здоровьем будущей матери
3. необходимо провести обследование и соблюдать ЗОЖ будущим родителям
4. надо обследовать будущего отца и заставить отказаться его от вредных привычек.

Эталон ответа: 3

9. Выберите два правильных ответа (иОПК-9.1)

Каковы основные реакции сердечно-сосудистой системы на стресс?

1. учащение ритма;
2. выраженная лёгочная гипертензия;
3. увеличение давления;
4. снижение давления;
5. урежение ритма.

Эталон ответа: 1,3

10. Выберите четыре правильных ответа (иОПК-9.1)

Какие основные мероприятия направлены на формирование ЗОЖ у граждан РФ?

1. Информирование о факторах риска для здоровья
2. Формирование мотивации к ведению ЗОЖ
3. Ограничение и запрещение рекламы алкогольных напитков и табакокурения.
4. Оснащение медицинских учреждений современным диагностическим оборудованием
5. Создание условий для ведения здорового образа жизни, в т.ч. физкультурой и спортом

Эталон ответа: 1,2,3,5

11. Выберите три правильных ответа (иОПК-9.1)

Основные принципы формирования физического и психического здоровья ребенка в пренатальный период:

1. Соблюдение матерью принципов ЗОЖ.
2. Употребление лекарственных препаратов по совету знакомых и родственников

3. Наблюдение в женской консультации
4. Продолжение беременной женщины работы с вредными производственными факторами
5. Психологический настрой матери материнство, любовь, ожидание ребёнка, психологический комфорт

Эталон ответа: 1,3,5

12. Выберите два правильных ответа (иОПК-9.1)

Влияние, которое оказывает двигательная активность на организм?

1. Повышает жизненные силы и функциональные возможности
2. Позволяет больше расходовать калории для поддержания оптимального веса
3. Понижает выносливость и работоспособность
4. Уменьшает количество лет.

Эталон ответа: 1,2

13. Выберите два правильных ответа (иОПК-9.1)

Основные направления профилактики НИЗ:

1. формирование ЗОЖ у населения
2. создание новых лекарственных препаратов
3. вакцинация населения
4. проведение диспансеризации и медицинских осмотров

Эталон ответа: 1,4

14. Выберите три правильных ответа (иОПК-9.1)

Выберите основные управляемые факторы риска смерти от сердечно-сосудистых заболеваний (ССЗ):

1. пол;
2. повышенное артериальное давление;
3. возраст;
4. повышение содержания холестерина в крови
5. курение
6. наследственная предрасположенность

Эталон ответа: 2,4,5

15. Выберите четыре правильных ответа (иОПК-9.1)

Какие периоды онтогенеза наиболее важны для формирования физического и психического здоровья ребёнка?

1. Зрелость
2. Новорожденности
3. Юношества
4. Грудной
5. Детство
6. Пожилой
7. Подростковый

Эталон ответа: 2,4,5,7

16. Выберите четыре правильных ответа (иОПК-9.1)

В понятие рационального питания, как одного из компонента здорового образа жизни, входят следующие принципы:

1. Энергетический баланс пищи
2. Сбалансированности питания по питательным веществам
3. Режимы питания
4. Соблюдение длительного голодания
5. Легкоусвояемости и безвредности пищи
6. Использование простых углеводов в больших количествах

Эталон ответа: 1,2,3,5

17. Установите соответствие (иОПК-9.1)

Соотнесите факторы, влияющие на здоровье человека, и процент выраженности этого влияния

- | | |
|--------------------------------------|---------|
| 1. Внешняя среда, | 1) 50%. |
| 2. Образ жизни. | 2) 20%. |
| 3. Состояние системы здравоохранения | 3) 10%. |

Эталон ответа: 1-2, 2-1, 3-3

18. Установите соответствие (иОПК-9.1)

Соотнесите употребляемые компоненты пищи и их количество по рекомендациям ВОЗ (при калорийности рациона 2000 ккал)

- | | |
|----------------------|---------------------------|
| 1. Простые углеводы. | 1) не более 5 г в сутки. |
| 2. Поваренная соль. | 2) не более 50 г в сутки. |
| 3. Трансжиры. | 3) 350 г. |
| 4. Овощи и фрукты | 4) не более 2,2 г |

Эталон ответа: 1-2, 2-1, 3-4, 4-3

19. Установите соответствие (иОПК-9.1)

Соотнесите составляющие здоровья и показатели, их определяющие:

- | | |
|--------------------------|---|
| 1. Физическое здоровье. | 1) отсутствие дефектов развития органов и систем. |
| 2. Социальное здоровье. | 2) воля. |
| 3. Психическое здоровье. | 3) система ценностей |
| | 4) умственные способности. |
| | 5) физиологические резервы. |
| | 6) мотивы поведения в обществе. |
| | 7) память. |
| | 8) эмоциональная устойчивость. |

Эталон ответа: 1-1,5; 2-3,6; 3-2,4,7,8

20. Установите соответствие (иОПК-9.1)

Соотнесите периоды онтогенеза и соответствующий им возраст у мужчин

- | | |
|---------------------|----------------|
| 1. Грудной возраст | 1) до 12 мес. |
| 2. Ранее детство | 2) 13-16 лет. |
| 3. Подростковый. | 3) 1-3 года. |
| 4. Пожилой возраст. | 4) 61-74 года. |
| 5. Второе детство | 5) 8-12 лет |

Эталон ответа: 1-1, 2-3, 3-2, 4-4, 5-5

21. Расположите по убыванию основные причины смертности в РФ от наиболее распространённых к менее распространённым (иОПК-9.1)

1. Заболевания ЖКТ,
2. Заболевания сердечно-сосудистой системы.
3. Онкологические заболевания

Эталон ответа: 2,3,1

22. Расположите в правильной последовательности стадии (фазы) стресса (иОПК-9.1)

1. Сопротивления
2. Тревоги
3. Истощения

Эталон ответа: 2,1,3

23. Расположите основные вредные привычки по их распространённости (иОПК-9.1)

1. Табакокурение
2. Употребление алкоголя.
3. Употребление наркотических средств.

Эталон ответа: 1,2,3

24. Вставьте пропущенное слово с маленькой буквы (иОПК-9.1)

Состояние полного физического, психического, социального благополучия, а не только отсутствие физических дефектов, называется

Эталон ответа: здоровье

25. Вставьте два пропущенных слова с маленькой буквы. (иОПК-9.1)

Уровень развития и функциональных возможностей органов и систем организма – это

Эталон ответа: физическое здоровье

26. Вставьте два пропущенных слова с маленькой буквы. (иОПК-9.1)

Система ценностей, установок и мотивов поведения индивида в социальной среде называется

Эталон ответа: социальное здоровье

27. Вставьте два пропущенных слова с маленькой буквы. (иОПК-9.1)

Питание человека, которое учитывает его физиологические потребности в энергетической ценности, полезных питательных веществах (белки, жиры, углеводы, витамины, минералы, микроэлементы, другие полезные вещества) и основывается на данных о возрасте, заболеваниях, физической активности, занятости, окружающей среде, называется

Эталон ответа: рациональное питание

28. Вставьте три пропущенных слова с маленькой буквы. (иОПК-9.1)

Цельная, логически взаимосвязанная, продуманная и спланированная система поведения человека, которую он соблюдает не по принуждению, а с удовольствием, и уверен, что она даст положительные результаты в деле сохранения и укрепления здоровья, называется

Эталон ответа: здоровый образ жизни

29. Вставьте два пропущенных слова с маленькой буквы. (иОПК-9.1)

Любая мышечная деятельность, позволяющая поддерживать оптимальную физическую форму и обеспечивать хорошее самочувствие, называется

Эталон ответа: двигательной активностью

30. Вставьте пропущенное слово с маленькой буквы (иОПК-9.1)

Состояние покоя или активной деятельности, ведущее к восстановлению сил и работоспособности, называется

Эталон ответа: отдых

31. Выберите один правильный ответ (иОПК-9.1)

Почему физическая активность полезна при стрессе?

- 1) она способствует расслаблению паретического кишечника;
- 2) она провоцирует адреналовый криз;
- 3) она позволяет утилизировать метаболиты, образующиеся при стрессе в теле;
- 4) она активизирует префронтальную кору мозга.

Эталон ответа: 3

32. Выберите один правильный ответ (иОПК-9.1)

Ограничение потребления поваренной соли для профилактики сердечно сосудистых заболеваний по рекомендациям ВОЗ должно составлять до:

1. 1 г/сутки
2. 5 г/сутки
3. 8 г/сутки
4. 10 г/сутки
5. 12 г/сутки

Эталон ответа: 2

33. Выберите один правильный ответ (иОПК-9.1)

Режим жизнедеятельности человека-это:

1. установленный режим питания, труда и отдыха;
2. отход ко сну и подъем в одно и тоже время каждый день;
3. система поведения человека на работе и в быту;
4. регулярное занятие спортом

Эталон ответа: 1

34. Выберите один правильный ответ (иОПК-9.1)

Состояние полного физического, душевного, социального и духовного благополучия называется

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

Эталон ответа: 3

35. Выберите один правильный ответ (иОПК-9.1)

Физическое развитие – это

- 1) процесс воспитания физических качеств человека;
- 2) процесс овладения двигательными умениями и навыками;
- 3) изменение морфо-функциональных свойств организма человека

Эталон ответа: 3

36. Выберите один правильный ответ (иОПК-9.1)

Психическое здоровье - это

- 1) оптимальное состояние и функционирование всех систем человека;
- 2) состояние равновесия между человеком и внешним миром, объективное отражение реальности;
- 3) только нормальное функционирование ЦНС;

Эталон ответа: 2

37. Выберите один правильный ответ (иОПК-9.1)

Что не относится к проявлениям дистресса?

- 1) общее когнитивное снижение;
- 2) эмоционально-аффективная разбалансированность;
- 3) моторная и пространственная дезориентация;
- 4) соматические проявления;
- 5) эмоциональная стабильность.

Эталон ответа: 5

38. Выберите один правильный ответ (иОПК-9.1)

Основными принципами лечебного питания является

1. сбалансированность пищевого рациона больного с учётом нозологии

2. учёт физиологических потребностей в энергии и нутриентах здорового человека
3. предупреждение возникновения и развития синдромов недостатка питания
4. предупреждение возникновения и развития синдромов избытка питания

Эталон ответа: 1

39. Выберите три правильных ответа

Выберите основные управляемые факторы риска смерти от сердечно-сосудистых заболеваний (ССЗ):

1. пол;
2. повышенное артериальное давление;
3. возраст;
4. повышение содержания холестерина в крови
5. курение
6. наследственная предрасположенность

Эталон ответа: 2,4,5

40. Выберите два правильных ответа (иОПК-9.1)

Что не относится к основным направлениям профилактики НИЗ

1. формирование ЗОЖ у населения
2. создание новых лекарственных препаратов
3. вакцинация населения от инфекционных заболеваний
4. проведение диспансеризации и медицинских осмотров

Эталон ответа: 2,3

41. Выберите два правильных ответа (иОПК-9.1)

Влияние, которое оказывает двигательная активность на организм?

- 1) Повышает жизненные силы и функциональные возможности
- 2) Позволяет больше расходовать калории для поддержания оптимального веса
- 3) Понижает выносливость и работоспособность
- 4) Уменьшает количество лет.

Эталон ответа: 1,2

42. Выберите три правильных ответа (иОПК-9.1)

Выберите признаки нездорового образа жизни

1. Употребление большого количества сладкой и жирной пищи;
2. Употребление большого количества фруктов и овощей;
3. Употребление соли более 5 г в сутки;
4. Употребление сахаров менее 50 г в сутки.
5. Регулярная двигательная активность
6. Сон менее 6-7 часов в день.

Эталон ответа: 1,3,6

43. Выберите два правильных ответа (иОПК-9.1)

К анаэробным упражнениям относятся:

1. бег с максимальной скоростью
2. ходьба
3. лыжная прогулка
4. Занятия со штангой

Эталон ответа: 1,4

44. Выберите два правильных ответа (иОПК-9.1)

В онтогенезе выделяют 2 основных периода:

1. Пренатальный
2. Новорожденности
3. Постнатальный
4. Подростковый
5. Зрелость

Эталон ответа: 1,3

45. Выберите четыре правильных ответа (иОПК-9.1)

Какие основные мероприятия направлены на формирование ЗОЖ у граждан РФ

1. Информирование о факторах риска для здоровья
2. Формирование мотивации к ведению ЗОЖ
3. Ограничение и запрещение рекламы алкогольных напитков и табакокурения.
4. Оснащение медицинских учреждений современным диагностическим оборудованием
5. Создание условий для ведения здорового образа жизни, в т.ч. физкультурой и спортом.

Эталон ответа: 1,2,3,5

46. Установите соответствие (иОПК-9.1)

Соотнесите периоды онтогенеза и соответствующий им возраст у мужчин

- | | |
|---------------------------|---------------|
| 1. Первый период зрелости | 1) 4-7 лет. |
| 2. Первое детство | 2) 22-35 лет. |
| 3. Юношеский. | 3) 17-21 год. |
| 4. Старческий возраст. | 4) 75-90 лет. |
| 5. Второй период зрелости | 5) 36-60 лет |

Эталон ответа: 1-2, 2-1, 3-3, 4-4, 5-5.

47. Установите соответствие (иОПК-9.1)

Соотнесите питательные вещества и продукты питания, в которых они преимущественно находятся

- | | |
|---------------------|---------------------|
| 1. Белки | 1. Куриное мясо. |
| 2. Жиры | 2. Фасоль. |
| 3. Углеводы сложные | 3. Кабачки. |
| 4. Углеводы простые | 4. Сало. |
| | 5. Пирожные. |
| | 6. Гамбургер. |
| | 7. Рыба. |
| | 8. Кока-кола. |
| | 9. Льняное масло. |
| | 10. Гречневая каша. |
| | 11. Зерновой хлеб. |

Эталон ответа: 1-1,2,7; 2-4,6,9; 3- 3,10,11; 4-5,8.

48. Установите соответствие. (иОПК-9.1)

- | | |
|---------------------------------|---|
| 1. Управляемые факторы риска. | 1. Малоподвижный образ жизни. |
| 2. Неуправляемые факторы риска. | 2. Пол. |
| | 3. Курение и употребление алкоголя. |
| | 4. Заболевания сахарным диабетом у родителей. |
| | 5. Конституционные особенности. |
| | 6. Повышенное содержание холестерина в крови. |
| | 7. Возраст. |
| | 8. Повышенное артериальное давление. |

Эталон ответа: 1-1,3,6,8; 2-2,4,5,7.

49. Установите соответствие (иОПК-9.1)

- | | |
|---|--------------------------------|
| 1. Хронические неинфекционные заболевания. | 1. Сахарный диабет. |
| 2. Заболевания, связанные с инфицированием организма. | 2. Крупозная пневмония. |
| | 3. Гипертоническая болезнь. |
| | 4. Рак легких. |
| | 5. Бронхиальная астма. |
| | 6. ВИЧ. |
| | 7. Гепатит С. |
| | 8. Ишемическая болезнь сердца. |

Эталон ответа: 1-1,3,4,5,8; 2-2,6,7.

50. Расположите в правильной последовательности факторы, влияющие на здоровье в зависимости от степени их влияния в убывающем порядке. (иОПК-9.1)

1. Факторы внешней среды.
2. Состояние системы здравоохранения.
3. Здоровый образ жизни.

Эталон ответа: 3,1,2.

51. Расположите в правильной последовательности причины смертности человека в РФ от наиболее частых к наименее частым. (иОПК-9.1)

1. Онкологические заболевания.
2. Сердечно-сосудистые заболевания.
3. Неинфекционные хронические заболевания органов дыхания.

Эталон ответа: 2,1,3.

52. Расположите в правильной последовательности периоды жизни человека в постнатальный период. (иОПК-9.1)

1. Грудной возраст.
2. Старческий возраст.
3. Период зрелости.
4. Детство.
5. Юношеский.
6. Пожилой.
7. Подростковый.

Эталон ответа: 1,4,7,5,3,6,2.

53. Вставьте три пропущенных слова с маленькой буквы. (иОПК-9.1)

Действия, которые автоматически повторяются большое количество раз и могут нанести вред здоровью человека или окружающих его людей называются

Эталон ответа: вредные привычки человека

54. Вставьте три пропущенных слова с маленькой буквы. (иОПК-9.1)

Обмен веществ и энергии, определяемый у человека в стандартных условиях: при полном физическом и психическом (эмоциональном) покое организма, минимизированном процессе пищеварения (утром натощак) и температурном комфорте (при температуре внешней среды 20-22°C) называется

Эталон ответа: основной обмен веществ

55. Вставьте пропущенное слово с маленькой буквы (иОПК-9.1)

Теория и практика охраны и укрепления, умножения, воспроизводства здоровья здоровых людей называется

Эталон ответа: санологией

56. Вставьте два пропущенных слова с маленькой буквы. (иОПК-9.1)

Медико-социальный потенциал развития общества, включающий физическое, репродуктивное, психическое и духовное здоровье, измеряемый показателями состояния здоровья населения, называется

Эталон ответа: общественное здоровье

57. Вставьте два пропущенных слова с маленькой буквы. (иОПК-9.1)

Факторы, потенциально опасные для здоровья человека, способствующие возникновению заболеваний, это

Эталон ответа: факторы риска

58. Вставьте три пропущенных слова с маленькой буквы. (иОПК-9.1)

Периоды онтогенеза наибольшей чувствительности организма к действию различных повреждающих факторов и требующие повышенного внимания, называются

Эталон ответа: критические периоды онтогенеза

59. Вставьте пропущенное слово с маленькой буквы (иОПК-9.1)

Система экономических, социальных, гигиенических и медицинских мер, проводимых государством, общественными организациями и отдельными гражданами с целью обеспечения высокого уровня здоровья населения и предупреждения болезней. называется

Эталон ответа: профилактика

Эталон ответов:

Вопрос	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Ответ	2	1	3	2	3	1	2	3	1,3	1,2,3,5
Вопрос	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Ответ	1,3,5	1,2	1,4	2,4,5	2,4,5,7	1,2,3,5	1-2, 2-1, 3-3	1-2, 2-1, 3-4, 4-3	1-1,5; 2-3,6; 3- 2,4,7,8	1-1, 2-3, 3-2, 4-4, 5-5
Вопрос	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Ответ	2,3,1	2,1,3	1,2,3	здоровье	физическое здоровье	социальное здоровье	рациональное питание	здоровый образ жизни	двигательной активностью	отдых
Вопрос	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40

Ответ	3	2	1	3	3	2	5	1	2,4,5	2,3
Вопрос	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
Ответ	1,2	1,3,6	1,4	1,3	1,2,3,5	1-2, 2-1, 3-3, 4-4, 5-5	1-1,2,7; 2-4,6,9; 3-3,10,11; 4-5,8	1- 1,3,6,8; 2- 2,4,5,7	1- 1,3,4,5,8 ; 2-2,6,7	3,1,2
Вопрос	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
Ответ	2,1,3	1,4,7,5 ,3,6,2	вред- ные при- вычки чело- века	основ- ной об- мен веществ	саноло- гией	обще- ствен- ное здоро- вье	факторы риска	крити- ческие перио- ды он- тогене- за	профи- лактика	

Ситуационная задача №1. (иОПК-9.1)

В Центр здоровья обратилась женщина 38 лет для прохождения комплексного обследования. При обследовании: массе тела-120 кг, ее рост 168 см, индекс массы тела (ИМТ) - 44,4.

Как можно охарактеризовать массу тела женщины, если при нормальной массе ИМТ 18,5 - 25, избыточной - 25-30, ожирение 1 степени 30-35. Ожирение 2 степени 35-40, ожирение 3 ст. 40 и более.

Эталон ответа: ожирение 3 степени

Ситуационная задача №2. (иОПК-9.1)

Женщина 42г., не замужем, работает продавцом. Любит покушать, особенно сладости и фастфуд. ИМТ 37. Иногда курит, алкоголь не употребляет. По вечерам и в выходные дни смотрит телевизор, очень любит телесериалы. На работу ездит на трамвае, всего три остановки. Живёт на четвёртом этаже, поднимается на этаж только на лифте. Мать и сестра умерли от сахарного диабета 2 типа. Укажите, какие факторы риска хронических неинфекционных заболеваний имеются у женщины.

Эталон ответа: 1. Гиподинамия, 2. Ожирение 2 степени. 3. Вредная привычка - курение. 4. Наследственная предрасположенность к сахарному диабету.

Ситуационная задача №3. (иОПК-9.1)

Женщина 25 лет. Замужем. Стаж курения семь лет. Находится на втором месяце беременности. Бросить курить отказывается. Муж тоже курит.

Установите соответствие между действием табачного дыма на организм будущего ребёнка и последствиями этого воздействия.

1. Гипоксия. 2. Мутагенное действие.

1. Отставание физического и психического развития. 2. Развитие заболеваний органов дыхания. 3. Врождённые пороки развития сердца, лицевого черепа и др.

Эталон ответа: 1-1,2; 2-3

Ситуационная задача №4. (иОПК-9.1)

Пациентка С, 60 лет, пенсионерка, живёт с дочерью и двумя внуками, в семье часто бывают ссоры. Обратилась в центр Здоровья. Установлены следующие факторы риска развития ХНИЗ:

1. Малоактивный образ жизни.
2. Преобладание в пище простых углеводов и жиров, мало овощей.
3. Повышенный уровень холестерина.
4. Не соблюдает режим труда и отдыха (поздно ложится, рано встает)

Выберите рекомендации для пациентки, соответствующие факторам риска.

1) Перейти на рациональное питание. Ограничить жиры, простые углеводы, соль и пр. Обязательно включить овощи, фрукты, клетчатку.

2) Увеличить физическую нагрузку. Прогулки по 30 мин. на воздухе, количество шагов 10000 в день.

3) Ограничить животные жиры (красное мясо, фастфуд) употреблять не жирные сорта мяса птицы, рыбу, нежирный творог. Употреблять растительные жиры.

4) Соблюдать режим труда и отдыха. Сон не менее 8 час. С 22 до 6-7 час. Прием пищи не реже 4-5 раз, последний прием за 2 часа до сна.

Эталон ответа: 1-2; 2-1; 3-3; 4-4.

Ситуационная задача №5. (иОПК-9.1)

1. Уровень развития и функциональных возможностей органов и систем организма характеризует физическую составляющую здоровья.

Уровень развития и функциональных возможностей органов и систем организма характерно для (.....) какая составляющая здоровья имеется в виду?

Эталон ответа: психическое здоровье.

Ситуационная задача №6. (иОПК-9.1)

Для оценки общественного здоровья населения региона используются медицинские демографические показатели. Выберите что из перечисленного к ним относится.

1. Заболеваемость
2. Рождаемость
3. Инвалидность
4. Смертность
5. Показали физического развития населения
6. Ожидаемая продолжительность жизни
7. Миграция населения

Эталон ответа: 2,4,6.

3. Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) включает в себя решение тестовых и ситуационных задач

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

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

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

Формируемая компетенция		Содержание компетенции	Планируемые результаты обучения (показатели достижения заданного уровня освоения компетенций)	Критерии оценивания результатов обучения (дескрипторы) по шкале зачтено/не зачтено	
				«не зачтено»	«зачтено»
ОПК-9		Способен распространять знания о здоровом образе жизни, направленные на повышение санитарной культуры и профилактику заболеваний пациентов (населения)	Знать: терминологию, основные понятия и определения, используемые в профилактической медицине	Обучающийся демонстрирует фрагментарные знания терминологии, основных понятий и определений, используемых в профилактической медицине	Обучающийся демонстрирует сформированные систематические знания терминологии, основных понятий и определений, используемых в профилактической медицине
			Уметь: Пропагандировать знания о здоровом образе жизни, направленные на повышение санитарной культуры и профилактику заболеваний пациентов (населения)	Обучающийся демонстрирует фрагментарные умения пропагандировать знания о здоровом образе жизни, направленные на повышение санитарной культуры и профилактику заболеваний пациентов (населения)	Обучающийся демонстрирует сформированное умение пропагандировать знания о здоровом образе жизни, направленные на повышение санитарной культуры и профилактику заболеваний пациентов (населения)
			Владеть: Навыками пропаганды знаний о здоровом образе жизни, направленных на профилактику заболеваний пациентов (населения)	Обучающийся демонстрирует фрагментарные навыки пропаганды знаний о здоровом образе жизни, направленных на профилактику заболеваний пациентов (населения)	Обучающийся демонстрирует успешное и систематическое применение навыков пропаганды знаний о здоровом образе жизни, направленных на профилактику заболеваний пациентов (населения)
	ОПК-9.1	Использует различные приемы, методы для распространения знаний о здоровом образе жизни.	Знать: Основные приемы и методы пропаганды здорового образа жизни	Обучающийся демонстрирует фрагментарные знания основных приемов и методов пропаганды здорового образа жизни	Обучающийся демонстрирует сформированные систематические знания основных приемов и методов пропаганды здорового образа жизни
			Уметь: Консультировать пациента (семью) по вопросам здорового образа жизни	Обучающийся демонстрирует фрагментарные умения консультировать пациента (семью) по вопросам здорового образа жизни	Обучающийся демонстрирует сформированное умение консультировать пациента (семью) по вопросам здорового образа жизни
			Владеть: Навыками использования различных приемов, методов для распространения знаний о здоровом образе жизни.	Обучающийся демонстрирует фрагментарные навыки использования различных приемов, методов для распространения знаний о здоровом образе жизни.	Обучающийся демонстрирует успешное и систематическое применение навыков использования различных приемов, методов для распространения знаний о здоровом образе жизни.

4.2. Шкала и процедура оценивания

4.2.1. процедуры оценивания компетенций (результатов)

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

4.2.2 Шкалы оценивания компетенций (результатов освоения)

Для устного ответа:

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

Для стандартизированного тестового контроля:

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

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

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

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

Для оценки рефератов:

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

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

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

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

Для оценки решения ситуационной задачи:

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

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

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

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

Для оценки проведения круглого стола

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

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

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

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

4.3. Шкала и процедура оценивания промежуточной аттестации

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

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

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