

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Уральский государственный университет физической культуры»

Кафедра безопасности жизнедеятельности

ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Для направления 44.03.05 Педагогическое образование

Составитель ОС и ММ

к.б.н., доцент

 Л. И. Мосеева

Рассмотрено и утверждено на заседании кафедры от «30» августа 2024 г.

Зав. кафедрой

 Е. Г. Кокорева

Челябинск
2024

1 Компетенции, формируемые при изучении дисциплины

Наименованиекомпетенции	Кодкомпетенции
Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК-6
Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7
Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	УК-8
Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний	ОПК-8

2 Структура оценочных средств для текущей и промежуточной аттестации

№ п/п	Контролируемые блоки/разделы (темы) дисциплины	Контролируемые компетенции	Количество тестовых заданий	Другие оценочные средства
1	Клинические и параклинические методы обследования	УК-6, УК-7, УК-8, ОПК-8	5	Теоретический вопрос на зачете, экзамене Устный опрос Доклад с мультимедийной презентацией Реферат Кейс - задания
2	Фармакология	УК-6, УК-7, УК-8, ОПК-8	5	Теоретический вопрос на зачете, экзамене Устный опрос Кейс - задания Тестовые задания
3	Доврачебная неотложная помощь	УК-6, УК-7, УК-8, ОПК-8	5	Теоретический вопрос на зачете, экзамене Доклад с мультимедийной презентацией Устный опрос Кейс - задания Тестовые задания
4	Терминальные состояния.	УК-6, УК-7, УК-8, ОПК-8	5	Теоретический вопрос на зачете, экзамене Доклад с мультимедийной презентацией Устный опрос Ситуационные задачи Тестовые задания
5	Первая медицинская помощь при возникновении массовых поражений	УК-6, УК-7, УК-8, ОПК-8	5	Теоретический вопрос на зачете, экзамене Реферат Доклад с мультимедийной презентацией Кейс-задания Тестовые задания
6	Детский травматизм	УК-6, УК-7, УК-8, ОПК-8	5	Теоретический вопрос на зачете, экзамене Доклад с презентацией

				Кейс - задания Тестовые задания
7	Основы микробиологии, иммунологии и эпидемиологии	УК-6, УК-7, УК-8, ОПК-8	5	Теоретический вопрос на зачете, экзамене Доклад с мультимедийной презентацией Ситуационные задачи Тестовые задания
8	Основы здорового образа жизни	УК-6, УК-7, УК-8, ОПК-8	5	Теоретический вопрос на зачете, экзамене Доклад с мультимедийной презентацией Ситуационные задачи Тестовые задания

3 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования

УК-6 «Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни»

Индикаторы достижения компетенции	Показатели сформированности компетенции	Основные критерии сформированности компетенции
Знать: особенности принятия и реализации организационных, в том числе управленческих решений; теоретико-методологические основы саморазвития, самореализации, использования творческого потенциала собственной деятельности; основные научные школы психологии и управления; деятельностный подход в исследовании личностного развития; технологию и методику самооценки; теоретические основы акмеологии, уровни анализа психических явлений. Уметь: определять приоритеты профессиональной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки; разрабатывать, контролировать, оценивать и исследовать компоненты профессиональной деятельности; планировать самостоятельную деятельность в решении профессиональных задач. Владеть: навыками определения эффективного направления действий в области профессиональной деятельности; способами принятия решений на уровне собственной профессиональной деятельности; навыками планирования собственной	Пороговый (удовлетворительно)	Знает: основные принципы самовоспитания и самообразования, исходя из требований рынка труда; - важность и необходимость самовоспитания и самообразования, а также условий его реализации. Умеет: демонстрировать навыки самоконтроля и рефлексии, позволяющие самостоятельно корректировать обучение по выбранным направлениям; - применять на практике навыки самообразования и самовоспитания, учитывая личностные и общественные потребности и требования профессионального рынка труда. Владет: - способами управления своей познавательной деятельностью и удовлетворения образовательных интересов и потребностей; - методами реализации принципов самоорганизации в личностном и профессиональном развитии.
	Продвинутый (хорошо)	Знает: собственный потенциал и приоритеты личностной деятельности, а также способы ее совершенствования на основе самоанализа; - инструменты и методы управления временем при выполнении поставленных задач, проектов, при

профессиональной деятельности.		достижении целей; - о своих внутренних ресурсах и их пределах (личностных, ситуативных, временных и т.д.) для успешного выполнения порученной работы; - способы управления своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни. Умеет: - определять приоритетные задачи и направления саморазвития в контексте профессиональной деятельности на краткосрочную и долгосрочную перспективы; - определять приоритеты собственной деятельности, личностного развития и профессионального роста; - оценивать требования рынка труда и предложения образовательных услуг для выстраивания траектории собственного самообразования для профессионального роста; - строить профессиональную карьеру и определять стратегию личностного развития. Владеет: - методами оценивания своих ресурсов и их пределов (личностные, ситуативные и др.), а также грамотно и целесообразно их применяет; - методами выстраивания профессиональной траектории развития с учетом накопленного личностного опыта в условиях динамично изменяющихся требований рынка труда и стратегии саморазвития.
	Высокий (отлично)	Знает: - способами принятия решений на уровне

		собственной профессиональной деятельности; - теоретико-методологические основы саморазвития, самореализации, использования творческого потенциала собственной деятельности; - основные научные школы психологии и управления; - деятельностный подход в исследовании личностного развития; - навыками планирования собственной профессиональной деятельности; - о своих внутренних ресурсах и их пределах (личностных, ситуативных, временных и т.д.) для успешного выполнения порученной работы; - способы управления своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни. Умеет: - понимать и применять основные методы самоконтроля и самовоспитания, а также понимать важность как личностных, так и общественных потребностей профессионального рынка труда; - управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни; - понимать и осознавать важность планирования целей собственной деятельности на краткосрочные и долгосрочные перспективы. Владет: - навыками определения
--	--	---

		эффективного направления действий в области профессиональной деятельности; - методами оценивания своих ресурсов и их пределов (личностные, ситуативные и др.), а также грамотно и целесообразно их применяет; - методами выстраивания гибкой профессиональной траектории развития с учетом накопленного личностного опыта в условиях динамично изменяющихся требований рынка труда и стратегии саморазвития; - навыками применения правовых знаний в области определения приоритетных образовательных потребностей и способов совершенствования собственной (в том числе профессиональной) деятельности на основе самоанализа.
--	--	---

УК-7 «Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности»

Индикаторы достижения компетенции	Показатели сформированности компетенции	Основные критерии сформированности компетенции
Знать: закономерности функционирования здорового организма; принципы распределения физических нагрузок; нормативы физической готовности по общей физической группе и с учетом индивидуальных условий физического развития человеческого организма; способы пропаганды здорового образа жизни. Уметь: поддерживать должный уровень физической подготовленности; грамотно распределить нагрузки; выработать индивидуальную программу физической	Пороговый (удовлетворительно)	Знает: виды физических упражнений; - научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни; - закономерности функционирования здорового организма; - нормативы физической готовности по общей физической группе. Умеет: распределять физические нагрузки при осуществлении профессиональной деятельности; - поддерживать должный уровень физической подготовленности;

подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма. Владеть: методами поддержки должного уровня физической подготовленности; навыками обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; базовыми приемами пропаганды здорового образа жизни.		- грамотно распределить нагрузки; - применять основы теоретических знаний принципов сохранения жизни для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Владеет: нормами здорового образа жизни для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
	Продвинутый (хорошо)	Знает: здоровьесберегающие технологии для обеспечения физической готовности к различным условиям жизнедеятельности; виды физических упражнений для поддержания должного уровня физической подготовленности; научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни; нормативы физической готовности по общей физической группе и с учетом индивидуальных особенностей развития организма. Умеет: поддерживать должный уровень физической подготовленности; - грамотно распределить нагрузки; - выработать индивидуальную программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма; - формировать у обучаемых полный комплекс навыков реализации здорового образа жизни. Владеет: методами поддержки должного уровня физической подготовленности; навыками обеспечения полноценной социальной и

		профессиональной деятельности; базовыми приемами пропаганды здорового образа жизни
	Высокий (отлично)	Знает: - здоровьесберегающие технологии для обеспечения физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; - закономерности функционирования здорового организма; - принципы распределения физических нагрузок; - нормативы физической готовности по общей физической группе и с учетом индивидуальных условий физического развития человеческого организма; - креативные и основные характеристики теоретического аспекта сохранения жизни и творческий подход к формированию всего позиционирования здорового образа жизни для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Умеет: - поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; - грамотно распределить нагрузки; - выработать индивидуальную программу физической подготовки, учитывающую индивидуальные особенности развития организма; - творчески применять инновационные теоретические знания современных принципов сохранения жизни личности для обеспечения

		полноценной социальной и профессиональной деятельности. Владеет: средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования; - методами поддержки должного уровня физической подготовленности; - навыками обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; - инновационными видами деятельности, способствующими полноценному формированию комплекса здорового образа жизни для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности современного человека.
--	--	--

УК-8 «Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов»

Индикаторы достижения компетенции	Показатели сформированности компетенции	Основные критерии сформированности компетенции
Знать: основы безопасности жизнедеятельности, иметь представление о способах создания безопасных условий, обеспечивающих устойчивое развитие общества в профессиональной и повседневной деятельности и сохранение природной среды. Идентифицировать опасные и вредные факторы в рамках осуществляемой деятельности Уметь: применять в профессиональной и повседневной деятельности методы защиты от опасностей, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов, и	Пороговый (удовлетворительно)	Знает: причины, признаки и последствия опасностей; - основы безопасности жизнедеятельности, основы охраны труда; - возможные последствия аварий, катастроф, стихийных бедствий; - основы защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий. Умеет: демонстрировать алгоритм поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; - объяснить необходимость

способы обеспечения безопасных условий жизнедеятельности. Владеть: навыками разьяснения правил поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов; оказания первой помощи пострадавшим, участия в восстановительных мероприятиях при различных чрезвычайных ситуациях и военных конфликтах.		знания методов защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий. Владеет: основными средствами, методами защиты жизни и здоровья в условиях чрезвычайных ситуаций, оказания само— и взаимопомощи: - приемами оказания первой помощи и участвовать в спасательных и восстановительных мероприятиях.
	Продвинутый (хорошо)	Знает: факторы вредного влияния на жизнедеятельность человека и идентифицирует их угрозы; - виды опасных ситуаций, способы преодоления опасных ситуаций; - правила поведения при объявлении чрезвычайных ситуаций; - методы защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий; - приемы оказания первой помощи. Умеет: поддерживать безопасные условия жизнедеятельности; - различить факторы, влекущие возникновение опасных ситуаций, в том числе на основе приемов по оказания первой медицинской помощи; - организовать собственную безопасность; Владеет: навыками по предотвращению возникновения опасных ситуаций; - современными средствами индивидуальной и

		коллективной защиты от производственных вредных и опасных факторов. - приемами первой медицинской помощи; - базовыми медицинскими знаниями.
	Высокий (отлично)	Знает: научно обоснованные способы поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций; способы преодоления опасных ситуаций идентифицирует их угрозы применительно к профессиональной деятельности, в том числе связанные с нарушениями техники безопасности; - различных методов защиты от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий, современных средств поражений; - основные меры по ликвидации их последствий. -основы медицинских знаний. Умеет: выявлять признаки, причины и условия возникновения чрезвычайных ситуаций; - оценивать вероятность возникновения потенциальной опасности и принимать меры по ее предупреждению в условиях образовательного учреждения; - оказывать первую помощь в чрезвычайных ситуациях. Владеет: методами прогнозирования возникновения опасных или чрезвычайных ситуаций; - новейшими способами поддержания безопасных условий жизнедеятельности; - современными методами защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных

		бедствий; - нетрадиционными и общеизвестными приёмами оказания первой доврачебной помощи; - инновационными видами деятельности, способствующими полноценному формированию комплекса навыков здорового образа жизни современного человека.
--	--	---

ОПК-8 «Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний»

Индикаторы достижения компетенции	Показатели сформированности компетенции	Основные критерии сформированности компетенции
Знать: - историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательных (педагогических) систем, роль и место образования в жизни личности и общества; - культурноисторические, нормативноправовые, аксиологические, этические, медикобиологические, эргономические, психологические основы (включая закономерности, законы, принципы) педагогической деятельности; - классические и инновационные педагогические концепции и теории; - теории социализация личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации, а также основы их психодиагностики; - основы психодидактики, поликультурного образования, закономерностей поведения в	Пороговый (удовлетворительно)	Знает: основные положения научной организации педагогического труда; - историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательных (педагогических) систем; - законы развития личности и проявления личностных свойств, психологические законы периодизации и кризисов развития. Умеет: выстраивать учебную деятельность с учетом научной организации педагогического труда. Владеет: Способами педагогической рефлексии.
	Продвинутый (хорошо)	Знает: особенности педагогической деятельности, требования к субъектам педагогической деятельности; - результаты научных исследований в сфере педагогической деятельности - классические и инновационные педагогические концепции и теории; - теории социализация личности,

социальных сетях; - законы развития личности и проявления личностных свойств, психологические законы периодизации и кризисов развития. Уметь: - осуществлять педагогическое целеполагание и решать задачи профессиональной педагогической деятельности на основе специальных научных знаний; - оценивать результативность собственной педагогической деятельности.		индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации, а также основы их психодиагностики. Умеет: использовать современные научные знания и результаты исследований для выборов методов в педагогической деятельности. Владеет: методами, формами и средствами педагогической деятельности; - осуществляет их выбор в зависимости от контекста профессиональной деятельности с учетом результатов научной деятельности.
Владеть: - алгоритмами и технологиями осуществления профессиональной педагогической деятельности на основе специальных научных знаний; - приемами педагогической рефлексии; навыками развития у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирования гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирования у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни.	Высокий (отлично)	Знает: - историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательных (педагогических) систем, роль и место образования в жизни личности и общества; - культурно-исторические, нормативно-правовые, аксиологические, этические, медико-биологические, эргономические, психологические основы (включая закономерности, законы, принципы) педагогической деятельности; - классические и инновационные педагогические концепции и теории; - теории социализация личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации, а также основы их психодиагностики; - основы психодидактики, поликультурного образования, закономерностей поведения в социальных сетях; - законы развития личности и проявления личностных свойств, психологические законы периодизации и кризисов развития. Умеет:

		осуществлять педагогическое целеполагание и решать задачи профессиональной педагогической деятельности на основе специальных научных знаний; - оценивать результативность собственной педагогической деятельности. Владеет: - алгоритмами и технологиями осуществления профессиональной педагогической деятельности на основе специальных научных знаний; - приемами педагогической рефлексии; - навыками развития у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирования гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира; - инновационными видами деятельности, способствующими полноценному формированию комплекса навыков здорового образа жизни современного человека.
--	--	---

4 Описание шкал оценивания

Высокий уровень освоения, оценка «отлично» (80-100 баллов)

глубокие и твердые знания программного материала учебной дисциплины, понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых явлений (процессов);

полные, четкие, логически последовательные, правильные ответы на поставленные вопросы; умение выделять главное и делать выводы;

умение самостоятельно анализировать факты, события, явления, процессы в их взаимосвязи и диалектическом развитии, обосновывать выдвигаемые предложения и

принимаемые решения; применять теоретические знания при решении практических задач;

безупречное владение приемами работы с оборудованием, программным, техническим и другим обеспечением.

Продвинутый уровень освоения, оценка «хорошо» (65-79 баллов)

достаточно полные и твёрдые знания программного материала учебной дисциплины, правильное понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых явлений (процессов);

последовательные, правильные, конкретные, без существенных неточностей ответы на поставленные вопросы, свободное устранение замечаний о недостаточно полном освещении отдельных положений при постановке дополнительных вопросов;

умение достаточно полно анализировать факты, события, явления и процессы, применять теоретические знания при решении практических задач; несущественные неточности при обосновании выдвигаемых предложений и принимаемых решений;

правильное владение приемами работы с оборудованием, программным, техническим и другим обеспечением;

безошибочное чтение схем, графиков.

Пороговый уровень освоения, оценка «удовлетворительно» (50-64 баллов)

знание основного программного материала учебной дисциплины, понимание сущности и взаимосвязи основных рассматриваемых явлений (процессов);

правильные, без грубых ошибок ответы на поставленные вопросы, несущественные ошибки в чтении графиков, схем;

умение применять теоретические знания к решению основных практических задач, ограниченные навыки в обосновании выдвигаемых предложений и принимаемых решений;

отдельные неточности или недостаточно четкое выполнение приемов работы на оборудовании.

Компетенция не освоена, оценка «неудовлетворительно (менее 50 баллов)

отсутствие знаний значительной части программного материала;

неправильные ответы на вопросы, существенные и грубые ошибки в ответах, непонимание сущности излагаемых вопросов, грубые ошибки в чтении графиков, схем;

неумение применять теоретические знания при решении практических задач, отсутствие навыков в обосновании выдвигаемых предложений и принимаемых решений.

№ п/п	Название контрольного мероприятия	Порядок начисления баллов	Контролируемые компетенции и их индикаторы
1	Устный опрос	80-100 баллов: если обучающийся глубоко и прочно усвоил весь программный материал и материал дополнительных источников, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически отвечает на вопрос, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок и неточностей. 65-79 баллов: если обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допускает существенных ошибок и неточностей в ответе на вопрос. 50-64 балла: если обучающийся освоил только основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильно трактует формулировки, нарушает последовательность в изложении ответа на вопрос. менее 50 баллов если обучающийся демонстрирует отсутствие знаний по вопросу, допускает принципиальные ошибки, не может правильно применять теоретические положения.	УК-8 (знает, умеет); ОПК-8 (знает, умеет)
2	Тестирование	80-100 б: если количество правильных ответов от 85-100%; 65-79 б: количество правильных ответов от 75 % - 84 %; 50-64 б: количество правильных ответов от 60% - 74%;	УК-8 (знает); ОПК-8 (знает)

		менее 50 б: количество правильных ответов менее 60 %.	
3	Доклад с презентацией	80-100 баллов: содержание доклада соответствует заявленной теме и в полной мере её раскрывает; тема раскрыта полностью; представлен обоснованный объём информации; изложение материала логично, доступно; на основе представленной презентации формируется полное понимание тематики исследования, раскрыты детали; презентация полностью соответствует установленным требованиям; все ответы на вопросы исчерпывающие, аргументированные, корректные; выступление докладчика (ораторское искусство: точность изложения, свободное владение материалом, эмоциональность выступления, культура речи (правильное произношение слов, постановка ударений в словах, отсутствие «слов-паразитов»), владение голосом (громкость, темп, интонация), умение привлечь внимание аудитории, лаконичность изложения) полностью соответствует данным критериям. 65-79 баллов: содержание доклада, за исключением отдельных моментов, соответствует заявленной теме и в полной мере её раскрывает; тема раскрыта хорошо, но не в полном объёме; информации представлено недостаточно; в отдельных случаях нарушена логика в изложении материала, не совсем доступно; на основе представленной презентации формируется общее понимание тематики исследования, но не ясны детали; презентация частично соответствует установленным требованиям; ответы не на все вопросы были исчерпывающие, аргументированные, корректные; выступление докладчика большей частью соответствует данным критериям. 50-64 балла: содержание доклада лишь частично соответствует заявленной теме; раскрыта малая часть темы; поиск информации проведён поверхностно; в изложении материала отсутствует логика, доступность; из представленной презентации не совсем понятна тематика исследования, детали не раскрыты; презентация не соответствует установленным требованиям; ответов на вопросы не было, или они не соответствовали заданным вопросам; выступление докладчика лишь частично	УК-8 (знает, умеет, владеет); ОПК-8 (знает, умеет, владеет)

		соответствует данным критериям. менее 50 баллов: отсутствует доклад с презентацией, либо не соответствуют поставленным критериям (соответствие содержания доклада заявленной теме; степень раскрытия темы; умение доступно и понятно передать содержание доклада в виде презентации; соответствие оформления презентации установленным требованиям; ответы на вопросы; ораторское искусство).	
4	Ситуационные задачи	80-100 баллов: если ответ на вопросы задачи дан правильно; объяснение хода ее решения подробное, последовательное, грамотное с теоретическими обоснованиями (в том числе из лекционного курса). 65-79 баллов: если ответ на вопросы задачи дан правильно, объяснение хода ее решения подробное, но недостаточно логичное, с единичными ошибками в деталях, некоторыми затруднениями в теоретическом обосновании); 50-64 балла: если ответы на вопросы задачи даны правильно; объяснение хода ее решения недостаточно полное, непоследовательное, с ошибками, слабым теоретическим обоснованием, в том числе лекционным материалом. менее 50 баллоа: если ответы на вопросы задачи даны неправильно. Объяснение хода её решения дано частичное, непоследовательное, с грубыми ошибками, без теоретического обоснования.	УК-8 (умеет, владеет); ОПК-8 (умеет, владеет); УК-6 (умеет, владеет)
5	Кейс-задание	80-100 баллов – кейс–задание выполнено полностью, студент приводит полную четкую аргументацию выбранного решения на основе качественно сделанного анализа. Демонстрируются хорошие теоретические знания, имеется собственная обоснованная точка зрения на проблему(ы) и причины ее (их) возникновения. В случае ряда выявленных проблем четко определяет их иерархию. 65-79 баллов – кейс–задание выполнено полностью, но в рамках установленного на выступление регламента, студент не приводит полную четкую аргументацию выбранного решения. Имеет место излишнее теоретизирование, или наоборот, теоретическое обоснование ограничено, имеется собственная точка зрения на проблемы, но не все причины ее возникновения установлены. 50-64 балла – кейс–задание выполнено более чем на 2/3, но в	УК-8 (знает, умеет, владеет); ОПК-8 (знает, умеет, владеет); УК-6 (знает, умеет, владеет)

		рамках установленного на выступление регламента, студент расплывчато раскрывает решение, не может четко аргументировать сделанный выбор, показывает явный недостаток теоретических знаний. Выводы слабые, свидетельствуют о недостаточном анализе фактов, в основе решения может иметь место интерпретация фактов или предположения, Собственная точка зрения на причины возникновения проблемы не обоснована или отсутствует. менее 50 баллов – кейс-задание не выполнено, или выполнено менее чем на треть. Отсутствует детализация при анализе кейса. Если решение и обозначено, то оно не является решением проблемы, которая заложена в кейсе.	
6	Реферат	80-100 баллов: реферат, который полностью соответствует заданию, имеет логичное, последовательное изложение материала с соответствующими выводами и обоснованными положениями. При защите студент показывает глубокое знание текста, вносит обоснованные предложения, легко отвечает на поставленные вопросы. 65-79 баллов: выставляется за реферат, который полностью соответствует заданию, в нем представлены достаточно подробный анализ и критический разбор практической деятельности, последовательное изложение материала с соответствующими выводами, однако с не вполне обоснованными положениями. При его защите студент показывает знание вопросов темы, оперирует данными тематики, без особых затруднений отвечает на поставленные вопросы. 50-64 балла: реферат, который не полностью соответствует заданию, работоспособен только в части режимов, базируется на практическом материале, но имеет поверхностный анализ, в нем просматривается непоследовательность изложения материала, представлены необоснованные положения. При его защите студент проявляет неуверенность, показывает слабое знание вопросов темы, не всегда дает исчерпывающие аргументированные ответы на заданные вопросы. менее 50 баллов: реферат, который не соответствует заданию, не работоспособна или работоспособна только в малой части режимов, В	УК-8 (знает, умеет); ОПК-8 (знает, умеет)

		работе нет выводов либо они носят декларативный характер. При защите работы студент затрудняется отвечать на поставленные вопросы по его теме, не знает теории вопроса, при ответе допускает существенные ошибки.	
7	Экзамен Зачет с оценкой	80-100 баллов: знания отличаются глубиной и содержательностью, даны логично построенные, полные, исчерпывающие ответы; студент при ответах на вопросы демонстрирует способность к анализу положений существующих научных теорий, научных школ, оперирует научными понятиями; при ответе на вопросы используются дополнительные материалы; ответ иллюстрируется примерами из практики, подтверждающими теоретические положения; студент демонстрирует умение вести научную дискуссию, владение дидактическими и практическими навыками. 65-79 баллов: знания имеют достаточный содержательный уровень; раскрыто содержание билета, однако имеются определенные затруднения в ответе на уточняющие вопросы; в ответе имеют место несущественные фактические неточности. 50-64 балла: знания имеют фрагментарный характер, имеются определенные неточности и погрешности в формулировках, возникают затруднения при ответе на уточняющие вопросы; при ответе на вопросы билета студент не может обосновать закономерности, принципы, объяснить суть явления; допущены фактические ошибки; студент продемонстрировал слабое неумение формулировать выводы и обобщения, приводить примеры практического использования научных знаний. менее 50 баллов: не раскрыто содержание вопросов билета, обнаружено незнание или непонимание сущности вопросов; допущены существенные фактические ошибки при ответах на вопросы; студент обнаруживает неумение оперировать научной терминологией, незнание положений существующих научных теорий, научных школ; в ответе не приводятся примеры практического использования научных знаний.	УК-8 (знает, умеет, владеет); ОПК-8 (знает, умеет, владеет); УК-6 (знает, умеет, владеет)

5 Типовые контрольные задания, тесты и иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

ВОПРОСЫ К ЭКЗАМЕНУ

1 семестр

1. Основы медицинских знаний как учебная дисциплина. Предмет и объект изучения. Цели и задачи предмета ОМЗ.
2. Первая медицинская помощь. Основные этапы и методы оказания неотложной медицинской помощи.
3. Закрытые повреждения. Ушибы. Признаки ушибов. Первая медицинская помощь.
4. Закрытые повреждения. Растяжения и разрывы связок. Признаки растяжений. Первая помощь.
5. Вывих. Виды. Признаки, первая помощь.
6. Перелом. Признаки переломов. Первая медицинская помощь.
7. Подбор и моделирование транспортной шины. Правила наложения шин.
8. Десмургия. Назначение повязок. Основные типы бинтовых повязок.
9. Виды бинтов. Правила бинтования.
10. Транспортировка пострадавших или заболевших в медицинский пункт.
11. Первая медицинская помощь при терминальных состояниях.
12. Стадии терминального состояния.
13. Признаки биологической смерти.
14. Признаки клинической смерти.
15. Легочно-сердечная реанимация. (ЛСР). Порядок проведения реанимационных мероприятий.
16. Острая дыхательная недостаточность: причины, признаки, диагностика, оценка степени тяжести.
17. Искусственная вентиляция легких (ИВЛ). Правила выполнения искусственного дыхания.
18. Остановка сердца: причины, диагностика, неотложная помощь.
19. Непрямой массаж сердца. Эффективность массажа сердца.
20. Приемы сердечно-легочной реанимации. Показания противопоказания к реанимации.
21. Раны, их классификация. Первая медицинская помощь при ранении.
22. Инфицирование ран. Столбняк. Основные клинические признаки столбняка. Профилактика столбняка.
23. Понятие об асептике и антисептике, их виды и средства.
24. Кровотечение. Виды кровотечений, признаки.
25. Первая медицинская помощь при кровотечении.
26. Остановка кровотечения. Правила наложения жгута.
27. Носовое кровотечение. Первая помощь.
28. Классификация травм, их структура.
29. Травмы у детей и их профилактика.
30. Обморожение. Признаки обморожения.

31. Степени обморожения. Первая помощь при обморожениях. «Железное» обморожение.
32. Профилактика переохлаждения и обморожений.
33. Переохлаждения организма. Степени переохлаждения.
34. Диагностика. Методы диагностического обследования больного.
35. Анамнез. Анамнез жизни. Анамнез болезни. Анамнез у детей.
36. Осмотр больного. Общий осмотр. Специальный осмотр.
37. Пальпация. Перкуссия. Аускультация.
38. Патология. Понятие о болезни.
39. Факторы, влияющие на здоровье. Роль различных факторов в возникновении болезней.
40. Развитие и формы течения болезни.
41. Исходы болезней.
42. Признаки клинической и биологической смерти.
43. Реанимация. Общие понятия.
44. Подготовка пострадавшего к реанимации.
45. Методика проведения непрямого массажа. Прекардиальный удар.
46. Комплекс сердечно-легочной реанимации.
47. Гигиенический уход за тяжелобольными.
48. Пролежни. Факторы риска развития пролежней. Профилактика.
49. Компрессы. Виды компрессов. Показания.
50. Гирудотерапия. Показания.
51. Отеки. Различие отеков сердечного и почечного происхождения.
52. Личная гигиена больного.
53. Понятие о профилактике заболеваний. Специфическая и неспецифическая профилактика.
54. Здоровьесберегающая организация учебно-воспитательного процесса в учебное и внеучебное время.

2 семестр

1. Взаимосвязь здоровья, предболезни, болезни.
2. Меры предосторожности населения при повышенной температуре окружающей среды.
3. Меры предосторожности населения при пониженной температуре окружающей среды.
4. Реанимационные мероприятия в период клинической смерти. Постреанимационные осложнения.
5. Острые отравления алкогольными напитками – причины, симптомы, первая помощь.
6. Острые бытовые и производственные отравления – причины, симптомы, первая помощь.
7. Острые отравления транквилизаторами – причины, симптомы, первая помощь.
8. Острые отравления уксусной эссенцией – причины, симптомы, первая помощь.
9. Острые отравления грибами – причины, симптомы, первая помощь.

10. Пищевые отравления: причины, признаки, неотложная помощь, профилактика.
 11. Отравление угарным газом: причины, признаки, неотложная помощь, профилактика.
 12. Отравление. Определение понятия, классификация, пути проникновения ядовитых веществ в организм.
 13. Общие принципы оказания первой помощи при острых отравлениях.
 14. Отравление концентрированными кислотами и едкими щелочами: причины, признаки, неотложная помощь, профилактика.
 15. Ботулизм: причины, признаки, неотложная помощь, профилактика.
 16. Аллергические состояния: причины, признаки, неотложная помощь, профилактика.
 17. Обморок: причины, признаки, неотложная помощь.
 18. Гипогликемическая и гипергликемическая кома: причины, признаки, неотложная помощь, профилактика.
 19. Тепловой (солнечный удар). Первая медицинская помощь.
 20. Ожоги. Виды ожогов. Характеристика и симптомы ожогов.
 21. Термический ожог: признаки, степени, неотложная помощь.
 22. Химический ожог: признаки, неотложная помощь, профилактика.
 23. Электрический ожог: признаки, неотложная помощь, профилактика.
 24. Профилактика переохлаждения и обморожений.
 25. Понятие о терминальных состояниях. Общие принципы реанимации при терминальных состояниях. Ошибки реанимации.
 26. Реанимация при утоплении, критерии эффективности.
 27. Реанимация при удушении критерии эффективности.
 28. Реанимация при электротравме.
 29. Первая медицинская помощь при внезапных состояниях: шок (удар, потрясение).
 30. Кардиогенный шок. Симптомы. Первая медицинская помощь.
 31. Травматический шок. Симптомы. Первая медицинская помощь.
 32. Синдром сдавления или травматический токсикоз. Симптомы.
- Последовательность оказания первой медицинской помощи.
33. Кома. Симптомы. Первая медицинская помощь.
 34. Диабетическая кома. Симптомы. Первая медицинская помощь.
 35. Нарушения мозгового кровообращения. Мозговой инсульт. Симптомы.
- Первая медицинская помощь.
36. Эпилептический припадок. Симптомы. Первая медицинская помощь.
 37. Истерический припадок. Симптомы. Первая медицинская помощь.
 38. Анафилактический шок. Симптомы. Первая медицинская помощь.
 39. Отек Квинке. Симптомы. Первая медицинская помощь.
 40. Факторы, влияющие на здоровье. Роль различных факторов в возникновении болезней.
 41. Медико-статистические показатели здоровья населения.
 42. Характеристика патогенных микроорганизмов (классификация, свойства устойчивость к воздействию факторов внешней среды).
 43. Наложение шины. Транспортная иммобилизация лестничной шиной при переломе предплечья

44. Наложение шины. Транспортная иммобилизация лестничной шиной при переломе голени.
45. Наложение шины. Транспортная иммобилизация лестничной шиной при переломе бедра.
46. Переломы позвоночника. Перелом таза. Правила транспортировки.
47. 3 стадии терминального состояния: (предагональное состояние, агония, клиническая смерть).
48. Правила выполнения искусственного дыхания. Способы.
49. Сочетание проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких. Методы контроля за состоянием пострадавшего.
50. Классификация переломов, особенности оказания первой медицинской помощи при открытых/закрытых переломах конечностей, позвоночника, таза, черепа.

4 семестр

- 1 Здоровье и образование. Охрана здоровья детей дошкольного и школьного возраста.
- 2 Социальные проблемы формирования здорового образа жизни.
- 3 Этические и правовые проблемы новых репродуктивных технологий.
- 4 Основные принципы российской системы здравоохранения.
- 5 Охрана здоровья женщин и детей.
- 6 Современные понятия индивидуального здоровья. Здоровый образ жизни.
- 7 Роль активного образа жизни и долголетие.
- 8 Вредные привычки – угроза здоровью.
- 9 Влияние занятий физическими упражнениями на умственную и физическую работоспособность.
- 10 Культура питания. Понятие о рациональном, сбалансированном питании.
- 11 Болезни цивилизации. Ожирение.
- 12 Опасное снижение качества здоровья населения России.
- 13 Двигательная активность – важнейший гомеостатический фактор.
- 14 Правильное питание как фактор здорового образа жизни. Режим питания.
- 15 Формирование и развитие мотивов и интересов к здоровому образу жизни.
- 16 Механизм адаптации к физическим нагрузкам. Эффекты адаптации к физическим нагрузкам.
- 17 Гипокинезия (гиподинамия), гиперкинезия, оптимальная двигательная активность. Их влияние на организм.
- 18 Лечебное питание, разгрузочные и специальные диеты. Их характеристика.
- 19 Факторы, влияющие на здоровье.
- 20 Белки, жиры, углеводы, минеральные вещества, витамины. Их значение в питании.
- 21 Основные законы здоровья.
- 22 Возрастные особенности питания. Питание детей, пожилых и старых людей.
- 23 Понятия: «образ жизни», «здоровый образ жизни», «болезнь», «профилактика».
- 24 Значение воды для здоровья человека. Питьевой режим.
- 25 Составляющие здорового образа жизни.
- 26 Зависимость образа жизни от здоровой пищи. Пища, болезни и пищевые добавки. Энергетическая ценность питания
- 27 Социальные и биологические предпосылки повышения роли физической культуры в жизни современного общества.
- 28 Культура питания. Понятие о рациональном, сбалансированном питании.
- 29 Биологические ритмы. Их значение в сохранении здоровья.

- 30 Влияние алкоголя на состояние здоровья человека. Личная и социальная опасность.
- 31 Понятия: «уровень жизни», «качество жизни», «стиль жизни», «уклад жизни».
- 32 Курение – персональная форма загрязнения воздуха. Влияние на состояние здоровья человека. Личная и социальная опасность.
- 33 Понятия: «оздоровительная физкультура», «физкультурно-оздоровительная технология».
- 34 Определение понятия «привычка». Причины употребления наркотических веществ, их индивидуальная и социальная опасность. Основные принципы избавления от наркотической зависимости.
- 35 Функции оздоровительной физической культуры.
- 36 Образ жизни. Добровольный риск: канцерогенные факторы в пище, табачном дыме.
- 37 Методы оптимизации (дозирования) двигательной активности при занятиях оздоровительной культурой.
- 38 Ландшафт и здоровье. Зависимость здоровья людей от здоровья окружающей среды.
- 39 Закаливание. Виды, значение, механизмы оздоровительного эффекта. Принципы организации и проведения закаливания.
- 40 Природная среда и болезни человека.
- 41 Особенности формирования мотивации физической активности в разные возрастные периоды.
- 42 Естественные защитные силы организма и способы их стимулирования.
- 43 Пути формирования мотивации физкультурно-оздоровительной активности у учащейся молодежи.
- 44 Эшелоны физиологических резервов организма.
- 45 Основы формирования мотиваций и установок на здоровый образ жизни.
- 46 Наследственность человека. Влияние генетических факторов на здоровье человека.
- 47 Методы исследований, используемые во врачебно-педагогическом контроле: опрос, осмотр, антропометрия, функциональные методы исследования, пробы и тесты.
- 48 Гигиена и здоровье человека.
- 49 Оценка физического развития и конституции.
- 50 Влияние природно-экологических факторов на здоровье человека.
- 51 Влияние на здоровье окружающей среды.
- 52 Биоэнергетика организма. Понятие энергетики организма. Виды источников энергии, их соотношение и практическое значение. Биоритмы.
- 53 Питание и здоровье: рациональное питание, диеты, голодание.
- 54 Движение и здоровье: влияние физических упражнений, шейпинга, фитнеса на различные системы организма.
- 55 Закаливание и здоровье: основные принципы, моржевание, обливание по Иванову, солярий, подотерапия.
- 56 Нетрадиционные методы оздоровления: литотерапия, ароматерапия, апитерапия.
- 57 Влияние экологической обстановки Челябинской области на возникновения заболеваний верхних дыхательных путей.
- 58 Здоровье и образование. Охрана здоровья детей дошкольного и школьного возраста.
- 59 Значение занятий физической культурой и спортом в обеспечении безопасности жизнедеятельности детей и подростков.

- 60 Формирование и развитие мотивов, интересов к занятиям физической культурой – важнейшая задача физического воспитания.
- 61 Санитарно-эпидемиологическое благополучие населения Челябинской области.
- 62 Психосоциальная культура как компонент здорового образа жизни.

ЗАЧЕТ С ОЦЕНКОЙ

3 семестр

1. Иммуитет и восприимчивость организма человека к инфекционным болезням.
- 2 Основные неинфекционные и инфекционные заболевания как медицинская проблема.
- 3 Основные симптомы при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Ишемическая болезнь сердца и формы ее проявления.
- 4 Острые и хронические заболевания желудка как проявление стресса.
- 5 Причины возникновения дизбактериозов. Лечение и профилактика.
- 6 Проявление аллергических реакций у человека в весенний период.
- 7 Причины возникновения анафилактического шока. Доврачебная неотложная помощь и профилактика.
- 8 Сахарный диабет и его профилактика.
- 9 Инфекции передающиеся воздушно-капельным путем. Профилактика.
- 10 Острые респираторно – вирусные инфекции: грипп, парагрипп. Клиническая картина, профилактические мероприятия.
- 11 Острые респираторно – вирусные инфекции: адено-вирусная инфекция. Клиническая картина, профилактические мероприятия.
- 12 Инфекции дыхательных путей: дифтерия. Клиническая картина, профилактические мероприятия.
- 13 Инфекции дыхательных путей: скарлатина. Клиническая картина, профилактические мероприятия.
- 14 Инфекции дыхательных путей: менингококковая инфекция. Клиническая картина, профилактические мероприятия.
- 15 Кишечные инфекции: брюшной тиф. Клиническая картина, профилактические мероприятия.
- 16 Кишечные инфекции: полиомиелит. Клиническая картина, профилактические мероприятия.
- 17 Кишечные инфекции: ботулизм. Клиническая картина, профилактические мероприятия.
- 18 Кровяные инфекции: клещевой энцефалит. Клиническая картина, профилактические мероприятия.
- 19 Кровяные инфекции: малярия. Клиническая картина, профилактические мероприятия.
- 20 Кровяные инфекции: сыпной тиф. Клиническая картина, профилактические мероприятия.
- 21 Кровяные инфекции: туляремия. Клиническая картина, профилактические мероприятия.
- 22 Инфекции наружных покровов: рожа. Клиническая картина, профилактические мероприятия.
- 23 Инфекции наружных покровов: ящур. Клиническая картина, профилактические мероприятия.
- 24 Инфекции наружных покровов: бешенство. Клиническая картина, профилактические мероприятия.
- 25 Инфекции наружных покровов: столбняк. Клиническая картина,

профилактические мероприятия.

26 Детские инфекции: ветряная оспа. Клиническая картина, профилактические мероприятия.

27 Детские инфекции: краснуха. Клиническая картина, профилактические мероприятия.

28 Детские инфекции: корь. Клиническая картина, профилактические мероприятия.

29 Детские инфекции: эпидемический паротит. Клиническая картина, профилактические мероприятия.

30 Детские инфекции: коклюш. Клиническая картина, профилактические мероприятия.

31 Особо опасные инфекции: холера. Клиническая картина, профилактические мероприятия.

32 Особо опасные инфекции: чума, Клиническая картина, профилактические мероприятия.

33 Особо опасные инфекции: сибирская язва. Клиническая картина, профилактические мероприятия.

34 Особо опасные инфекции: натуральная оспа. Клиническая картина, профилактические мероприятия.

35 Соматические заболевания: острая пневмония. Клиническая картина. Профилактика.

36 Соматические заболевания: язвенная болезнь желудка и 12-перстной кишки. Клиническая картина. Первая помощь. Профилактика.

37 Соматические заболевания: острый холецистит. Причины, признаки, первая помощь. Профилактика.

38 Соматические заболевания: острый панкреатит. Причины, признаки, неотложная помощь. Профилактика.

39 Синдром «острого живота». Причины, признаки, неотложная помощь. Профилактика.

40 Сахарный диабет. Причины, признаки, неотложная помощь. Профилактика.

41 Острый цистит. Признаки, неотложная помощь. Профилактика.

42 Почечная колика. Признаки, неотложная помощь. Профилактика.

43 Нервно-психические расстройства в детском возрасте и их профилактика.

44 Нервно-психические расстройства в детском возрасте: невроз. Причины, профилактика.

45 Нервно-психические расстройства в детском возрасте: истерический невроз (истерия). Профилактика нервно-психических расстройств.

46 Роль родителей и педагогов в коррекции личностных расстройств у школьников.

47 Острые респираторные заболевания. Грипп. Этиология, эпидемиология, патогенез. Симптомы, лечение, профилактика.

48 Туберкулез. Симптомы. Неотложная помощь при кровохарканье. Профилактика.

49 Вирусный гепатит. Этиология, эпидемиология, патогенез. Симптомы, лечение, профилактика.

50 Профилактика инфекционных заболеваний. Противоэпидемические мероприятия. Дезинфекция, способы дезинфекции.

51 Общие принципы профилактики инфекционных заболеваний.

52 Профилактика инфекционных заболеваний в школе.

ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ

1. Здоровье (понятие, определение, характеристика и признаки).
2. Основные факторы, определяющие здоровье человека.
3. Факторы риска здоровья.
4. Социальные факторы риска здоровья.
5. Категории и концепции здорового образа жизни.
6. Мотивация здоровья и здорового образа жизни.
7. Значение социально-психологических факторов в развитии нервных и соматических заболеваний.
8. Значение семьи в воспитании санитарно-гигиенической культуры, здоровья и формирования основ здорового образа жизни.
9. Роль семьи в формировании здоровья и здорового образа жизни ребенка.
10. Роль семьи и школы в профилактике нарушений репродуктивного здоровья человека.
11. Роль семьи в формировании психического здоровья человека.
12. Социально-психологические аспекты здорового образа жизни.
13. Создание положительной мотивации здоровья у школьников.
14. Принципы и методы формирования здорового образа жизни школьника.
15. Роль педагога в воспитании валеологических знаний у учащихся.
16. Наследственность и здоровье.
17. Экология и здоровье.
18. Возраст и здоровье.
19. Бытовая химия и здоровье.
20. Социальная среда как фактор, обуславливающий здоровье человека.
21. Школа и ее роль в формировании здоровья учащихся.
22. Факторы современной системы обучения в школе, способствующие развитию соматических и нервно-психических заболеваний у детей.
23. Роль семьи и школы в формировании индивидуального образа жизни человека, способствующего сохранению и укреплению здоровья.
24. Роль учителя в профилактике заболеваний школьника.
25. Профилактика наиболее часто встречающихся «школьных» форм патологии.
26. Здоровье и профессиональное развитие учителя.
27. Малоподвижный образ жизни современного человека (гиподинамия) и его значение в нарушении здоровья.
28. Гиподинамия и заболевания сердечно-сосудистой системы.
29. Гиподинамия и заболевания органов пищеварения.
30. Избыточная масса тела и ее роль в развитии заболеваний сердечно-сосудистой системы.
31. Избыточная масса тела и ее роль в развитии эндокринных заболеваний.
32. Нерациональное питание, как фактор возникновения неинфекционных заболеваний и снижения продолжительности жизни.
33. Современные диеты (польза или вред?).
34. Алкоголь и история его использования. Причины потребления алкоголя человеком.
35. Медицинские аспекты потребления и злоупотребления алкоголем.
36. Психологические и психические проблемы потребления алкоголя.
37. Профилактика потребления алкоголя среди школьников.
38. Формы и методы антиалкогольного воспитания школьников.
39. Курение табака – самая распространенная токсикомания (Социальные и медицинские аспекты).
40. Табакокурение как причина соматических заболеваний человека.

41. Значение курения в распространении онкологических заболеваний.
42. Роль курения в патологии сердечно-сосудистой системы.
43. Влияние табачного дыма на органы дыхания.
44. Профилактика распространения потребления табака среди молодежи.
45. Наркотические вещества (действие наркотиков на организм человека).
46. Основные причины распространения наркотиков среди молодежи и последствия наркомании.
47. Медико-педагогические аспекты профилактики наркомании среди молодежи.
48. Профилактика наркомании и токсикомании у детей и подростков.
49. Медико-педагогические аспекты профилактики болезней, передающихся половым путем.
50. Основные заболевания, передающиеся половым путем (их симптомы и последствия у женщин).
51. Основные заболевания, передающиеся половым путем (их симптомы и последствия у мужчин).
52. ВИЧ инфекция и СПИД (возбудитель и его влияние на организм человека).
53. ВИЧ инфицирование как социальная и медицинская проблема современного общества.
54. Профилактика ВИЧ инфицирования. Роль учителя в профилактике распространении ВИЧ инфекции среди молодежи.
55. Аборт и здоровье женщины (медико-социальные последствия аборта).
56. Незапланированная беременность и ее профилактика.
57. Современные контрацептивы и их использование в молодежной среде.
58. Предохранение от беременности (медицинские и социально-нравственные аспекты).
59. Суицидальное поведение подростков и его профилактика.
60. Основные методы оздоровления и укрепления здоровья.
61. Закаливание как метод укрепления здоровья и профилактики заболеваний.
62. Цитомегаловирусные и хламидиозные инфекции.
63. Профилактика развития сколиозов, плоскостопия, сутулости.
64. Раны, первая медицинская помощь при ранениях. Асептика и антисептика.
65. Обморок, шок, коллапс. Оказание первой медицинской помощи.
66. Стенокардия, оказание первой медицинской помощи.
67. Инфаркт миокарда. Оказание первой медицинской помощи.
68. Бронхиальная астма. Оказание первой медицинской помощи при приступе бронхиальной астмы.
69. Почечная и печеночная колики. Оказание первой медицинской помощи.
70. Сахарный диабет. Оказание первой медицинской помощи при комах.
71. Отравления. Первая медицинская помощь.
72. Желудочные и кишечные кровотечения. Первая медицинская помощь.
73. Травмы. Закрытые виды травм. Первая помощь.
74. Детский и школьный травматизм и его виды. Первая помощь.
75. Травма. Травматический шок. Первая помощь.
76. Кровотечения, способы остановки кровотечений.
77. Переломы костей, транспортная иммобилизация.
78. Синдром длительного сдавления. Первая помощь.
79. Ожоги. Первая помощь, меры профилактики.
80. Оказание первой медицинской помощи при отравлениях.
81. Первая помощь при утоплении.
82. Отморожения. Первая помощь, меры профилактики.
83. Эпидемический процесс. Эпидемический очаг.

84. Дезинфекция, ее виды и способы.
85. Профилактика инфекционных заболеваний.

ТЕМАТИКА ДОКЛАДОВ С ПРЕЗЕНТАЦИЕЙ

1. Здоровье человека и факторы его определяющие
2. Болезнь и предболезнь. Факторы, влияющие на развитие болезни
3. Нормативно-правовая база охраны здоровья в РФ.
4. Медицинское страхование в РФ. . Основные положения ФЗ «О медицинском страховании граждан РФ». Права и обязанности сторон – субъектов страхования.
5. Образ жизни и его компоненты. Понятие о здоровом образе жизни.
6. Общественное и индивидуальное здоровье.
7. Основные виды медицинской помощи в РФ. Основные принципы российской системы здравоохранения. Уровни оказания медицинской помощи в РФ.
8. Здоровье и наследственность. Основные положения современной генетики.
9. Индивидуальное здоровье и его компоненты.
10. Законодательство РФ в области охраны здоровья женщин и детей. Организация системы акушерской и перинатальной помощи.
11. Биологический потенциал здоровья. Его составляющие.
12. Здоровье и конституция человека.
13. Наследственные болезни. Этиология и классификация наследственных болезней человека, принципы их терапии. Этиология заболевания, клиническая картина, основные принципы лечения заболевания.
14. Здоровье и образ жизни. Образ жизни и его категории (уровень жизни, качество жизни, стиль жизни).
15. Доврачебная помощь при неотложных состояниях. Определение понятия неотложных состояний. Алгоритм действий при Н.С. Понятие синдрома и симптома.
16. Синдром острой сердечной недостаточности. Этиология. Клиническая картина. Неотложная помощь. Профилактика.
17. Инфекционные болезни. Понятие об инфекционном и эпидемическом процессе. Федеральный закон «Об иммунопрофилактике инфекционных болезней», его основные положения.
18. Болезни «цивилизации». Понятие о «болезнях цивилизации». Образ жизни современного человека, как основная причина болезней цивилизации.
19. Основные показатели общественного здоровья (демографические, заболеваемости, инвалидизации, уровня физического развития).
20. Критерии оценки индивидуального здоровья. Объективные и субъективные показатели здоровья.
21. Здравоохранение, компоненты его составляющие. Цели и задачи современной системы здравоохранения в РФ.
22. Физическая культура – основа здорового образа жизни.
23. Роль режима труда и отдыха для сохранения здоровья.
24. Вредные привычки – враг здоровью.
25. Психоэмоциональная культура как компонент здорового образа жизни.

УСТНЫЙ ОПРОС

1. Понятие о здоровье, факторы и условия, определяющие здоровье человека, виды здоровья.
2. Токсикомания, причины, признаки, профилактика.
3. Иммуитет, виды. Прививки. Календарь прививок.
4. Понятие о болезни, причины развития болезни, исход болезни, виды лечения. Уход за тяжелобольным.

5. Лекарствоведение, виды лекарственных форм, пути введения и выведения лекарственных препаратов.
6. Вакцинопрофилактика, значение, принципы. Виды прививочных препаратов, показания и противопоказания для прививок.
7. Понятие об асептике, антисептике.
8. Реанимация, понятия о клинической и биологической смерти, критерии правильности оказания помощи.
9. Особенности детского травматизма, профилактика.
10. Роль учителя в оказании первой помощи при ранениях.
11. Загрязнение окружающей среды, как фактор риска, влияющий на здоровье.
12. Гиподинамия, как фактор риска, влияющий на здоровье.
13. Острые респираторно – вирусные инфекции: грипп, адено-вирусная инфекция. Клиническая картина, профилактические мероприятия.
14. Инфекции дыхательных путей: дифтерия, скарлатина. Клиническая картина, профилактические мероприятия.
15. Кишечные инфекции: брюшной тиф, полиомиелит, ботулизм. Клиническая картина, профилактические мероприятия.
16. Кровяные инфекции: клещевой энцефалит, малярия.. Клиническая картина, профилактические мероприятия.
17. Инфекции наружных покровов: бешенство, столбняк. Клиническая картина, профилактические мероприятия.
18. Детские инфекции: ветряная оспа, краснуха, корь, эпидемический паротит, коклюш. Клиническая картина, профилактические мероприятия.
19. Туберкулез - социальная болезнь. Профилактика туберкулеза.
20. Вред курения, влияние курения на организм подростка, женский организм.
21. Отравления, основные виды. Принципы оказания первой помощи.
22. Тепловой удар. Солнечный удар. Неотложная помощь.
23. Открытые повреждения, раны, десмургия, основные правила наложения повязок.
24. Ожоги, классификация, неотложная помощь при термических и химических ожогах.
25. Закрытые повреждения, ушибы, растяжения связок, разрыв связок, первая помощь.
26. Транспортная иммобилизация. Правила наложения шины.
27. Понятие об инфекционных заболеваниях. Периоды. Звенья инфекционного процесса.
28. Влияние алкоголя на растущий организм.
29. Влияние физических, психических и социальных факторов на здоровье человека.
30. Санитарно-эпидемиологическое благополучие населения Челябинской области.
31. Роль учителя в формировании здоровья учащихся, в профилактике заболеваний.
32. Здоровье и образование. Способность управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни.
33. Роль учителя в обеспечении охраны жизни и здоровья обучающихся, способность осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний.
34. Социальные проблемы формирования здорового образа жизни и культурных потребностей различных социальных групп.
35. Виды физических упражнений для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и

профессиональной деятельности.

36. Инновационные виды деятельности, способствующие полноценному формированию навыков здорового образа жизни современного человека.

СИТУАЦИОННЫЕ ЗАДАЧИ

Задача 1

Из горящего здания эвакуирован пострадавший, который получил термические ожоги. Кожа левого плеча, предплечья, кисти, правой голени, и стопы гиперемирована, покрыта пузырями. Общее состояние тяжелое, выраженное психомоторное возбуждение, АД 75/45 мм рт.ст., ЧСС 120 ударов в минуту, ЧДД 32 в минуту.

1. Определите неотложное состояние, развившееся у пострадавшего, обоснуйте его.
2. Определите нарушенные потребности пострадавшего.
3. Составьте план оказания первой помощи на месте происшествия.
4. Подготовьте пострадавшего к эвакуации.

Задача 2

После землетрясения пострадавший извлечен спасателями из-под развалин дома. Состояние тяжелое, выраженная одышка, боль в груди, усиливающаяся при каждом вдохе и движении. Определяется патологическая подвижность средней трети правой ключицы. Кожные покровы бледные, влажные. ЧСС 118, АД 80/50 мм рт.ст. ЧДД 26 ударов в мин.

1. Определите неотложное состояние, развившееся у пострадавшего, обоснуйте его.
2. Определите нарушенные потребности пострадавшего.
3. Составьте план оказания первой помощи в очаге катастрофы.
4. Подготовьте пострадавшего к эвакуации.

Задача 3

При взрыве противопехотной мины у пострадавшего оторвало левую стопу. Возникло сильное кровотечение. Товарищ на голень наложил жгут-закрутку. Левая стопа держится на кожном лоскуте. В ране видны отломки костей голени и стопы. Состояние тяжелое. АД 70/40 мм рт. ст., ЧСС 130 ударов в минуту, дыхание, учащенное ЧДД 26 дыхательных движений в мин.

1. Определите неотложное состояние, развившееся у пострадавшего.
2. Определите нарушенные потребности пострадавшего.
3. Составьте план оказания первой помощи в очаге.
4. Подготовьте пострадавшего к эвакуации.

Задача 4

В приемном отделении находится мужчина 42 лет. После нервного перенапряжения возникли интенсивные продолжительные, жгучего характера боли за грудиной с иррадиацией в левую лопатку и в нижнюю челюсть. Объективно: кожные покровы бледные, влажные, акроцианоз, синюшность пальцев кистей рук. Периферические вены спавшиеся. Резко снижена температура кожи кистей и стоп. Сознание нарушено – пациент резко заторможен. Тоны сердца глухие. ЧСС – 116 уд/мин. АД 80/50 мм рт. ст.

1. Определите неотложное состояние, развившееся у пациента, обоснуйте его.
2. Определите нарушенные потребности пациента.
3. Составьте план оказания первой помощи.
4. Подготовьте пациента к транспортировке в отделение.

Задача 5

На автобусной остановке стоящий рядом мужчина побледнел и упал. Он без сознания, кожные покровы бледные, зрачки широкие, на свет не реагируют.

В какой последовательности Вы будете оказывать первую помощь ?

1. Вызвать «скорую» помощь.
2. Убедиться в отсутствии пульса на сонной артерии и реакции зрачков на свет.
3. Позвать окружающих на помощь.
4. Нанести прекардиальный удар и приступить к сердечно-легочной реанимации.
5. Расспросить окружающих, что предшествовало потере сознания.
6. Повернуть пострадавшего на живот.

Задача 6

Во время распиливания бревен у мужчины рука попала под циркулярную пилу. У пострадавшего на передней поверхности средней трети предплечья глубокая зияющая рана, из которой пульсирующей струёй изливается кровь.

Какой вид кровотечения у пострадавшего и какова последовательность в оказании первой помощи?

1. Артериальное.
2. Венозное.
3. Капиллярное.
4. Наложить асептическую повязку на рану.
5. Произвести временную остановку кровотечения с помощью жгута или закрутки.
6. Направить пострадавшего в травматологический пункт.
7. Произвести иммобилизацию верхней конечности.

Задача 7

Во время тушения лесного пожара одному работников МЧС на правую ногу упало дерево. Коллеги пострадавшего освободили конечность. Пострадавший стонет, конечность деформирована в нижней трети бедра, где одежда обильно пропитана кровью темного цвета. ЧСС 122 в минуту, ЧДД 26 ударов в мин.

1. Определите неотложное состояние, развившееся у пострадавшего, обоснуйте его.
2. Определите нарушенные потребности пострадавшего.
3. Составьте план оказания первой помощи в очаге.
4. Подготовьте пострадавшего к эвакуации.

Задача 8

Мужчина коснулся оголённого провода. Упал, потерял сознание. Рука касается оголённого провода.

Определите последовательность оказания первой помощи

1. Убедиться в отсутствии пульса на сонной артерии и реакции зрачков на свет.
2. Освободить пострадавшего от контакта с электротоком.
3. Госпитализация пострадавшего.
4. Провести сердечно-легочную реанимацию.

Задача 9

Человек отброшен ураганным ветром на бетонный блок. Сознание отсутствует, по шкале Глазго 7 баллов. Кровотечение из ушных раковин, носовых ходов, ротовой полости. Следы рвотных масс на одежде. Дыхание и пульс учащены.

1. Определите неотложное состояние, возникшее у пострадавшего, обоснуйте его.
2. Определите нарушенные потребности пострадавшего.
3. Составьте план оказания первой помощи на месте происшествия.
4. Подготовьте пострадавшего к эвакуации.

Задача 10

В результате террористического акта пострадавший был отброшен взрывной волной, получил ожоги лица, кистей, жалуется на сильную боль в глазах, расстройство

зрения и слезотечение.

Состояние средней тяжести. Кожа на лице и кистях гиперемирована. На глазах ресницы опалены, склеры инъецированы, веки гиперемированные и отечные. Пульс 92 удара в минуту.

1. Определите неотложное состояние, развившееся у пострадавшего, обоснуйте его.
2. Определите нарушенные потребности пострадавшего.
3. Составьте план оказания первой помощи в очаге.
4. Подготовьте пострадавшего к эвакуации.

КЕЙС - ЗАДАНИЯ

Задание 1

В ФАП обратилась девочка 15 лет – ученица рядом расположенной школы. При падении на уроке физкультуры ударилась правым плечом о металлическую перекладину, появилась сильная боль в правой руке.

При осмотре: старается прижать поврежденную руку к туловищу. В средней трети правого плеча припухлость, деформация, при пальпации резкая локальная болезненность и крепитация костных отломков, патологическая подвижность в месте травмы.

1. Сформулируйте и обоснуйте предположительный диагноз.
2. Составьте и аргументируйте алгоритм оказания неотложной помощи.
3. Продемонстрируйте технику транспортной иммобилизации верхней конечности, применительно к данной ситуации.

Задание 2

В конце напряженного трудового дня женщина, 35 лет, отметила резкое ухудшение состояния – появилась сильная головная боль, головокружение, тошнота, сердцебиение, учащенное обильное мочеиспускание. Женщина обратилась к фельдшеру здравпункта.

Объективно: пациентка возбуждена. Кожные покровы гиперемированы, влажные. Тоны сердца громкие, ритмичные, выслушивается акцент II тона на аорте. Пульс 100 уд./мин., ритмичный. АД 180/100 мм рт.ст.

1. Определите неотложное состояние, развившееся у пациентки.
2. Составьте алгоритм оказания неотложной помощи и обоснуйте каждый этап.

Задание 3

После значительной физической нагрузки мужчина 35 лет стал отмечать давящие, сжимающие боли за грудиной с иррадиацией в левое плечо, лопатку, руку. Боль сопровождалась резкой слабостью, чувством нехватки воздуха, страхом смерти и продолжалась 15 мин. Во время приступа пациент обратился к фельдшеру ФАП.

Объективно: кожные покровы бледные, влажные. Тоны сердца приглушены, ритмичные, пульс 80 уд./мин. АД 150/90 мм рт.ст.

1. Определите неотложное состояние, развившееся у пациента.
2. Составьте алгоритм оказания неотложной помощи и обоснуйте каждый этап.
3. Продемонстрируйте технику регистрации ЭКГ с интерпретацией зубцов.

Задание 4

После нервного перенапряжения у мужчины 42 лет возникли интенсивные продолжительные боли сжимающего характера за грудиной с иррадиацией под левую лопатку и в нижнюю челюсть. На дом был вызван фельдшер «Скорой помощи».

Объективно: кожные покровы бледные, влажные, акроцианоз. Периферические вены спавшиеся. Резко снижена температура кожи кистей и стоп. Сознание нарушено – пациент резко заторможен. Тоны сердца глухие. Пульс малого наполнения, частота 92 уд./мин. АД 80/60 мм. Олигурия.

1. Определите неотложное состояние, развившееся у пациента.
2. Составьте алгоритм оказания неотложной помощи и обоснуйте каждый этап.

Задание 5

К фельдшеру здравпункта обратился мужчина 28 лет с жалобами на резкую слабость, головокружение, два раза была рвота, рвотные массы напоминают «кофейную гущу». В анамнезе язвенная болезнь желудка.

Объективно: кожные покровы бледные. Язык обложен сероватым налетом. При пальпации живота определяется умеренная болезненность в области эпигастрия. Пульс 98 уд./мин. АД 100/70 мм рт.ст.

1. Определите неотложное состояние, развившееся у пациента.
2. Составьте алгоритм оказания неотложной помощи и обоснуйте каждый этап.
3. Продемонстрировать технику остановки наружного кровотечения (из сонной артерии)

Задание 6

На ФАП к фельдшеру обратился мужчина 30 лет с жалобами на остро возникшие очень интенсивные боли в поясничной области справа, боль иррадиировала в паховую область, правое бедро. Мочеиспускание учащенное, болезненное, малыми порциями. Моча красного цвета.

Объективно: пациент возбужден, мечется от болей. Резко положительный симптом Пастернацкого справа. Пульс 100 уд./мин. АД 150/80 мм рт.ст.

1. Определите неотложное состояние, развившееся у пациента.
2. Составьте алгоритм оказания неотложной помощи и обоснуйте каждый этап.

Задание 7

Фельдшер «Скорой помощи» вызван на дом к мужчине 32 лет. Жалобы на резкую слабость, тошноту, многократную рвоту, частый жидкий стул, сердцебиение, расстройство сна, апатию, чрезмерную потливость, зевоту. Из анамнеза: 24 часа назад мужчина ел жареные грибы.

Объективно: пациент равнодушен к окружающему, эйфоричен. Кожные покровы бледные, влажные. Дыхание поверхностное 16 вд./мин. Тремор рук. Тоны сердца приглушены, ритмичные. Пульс 120 уд./мин. АД 90/60 мм рт.ст. Живот мягкий, болезненный при пальпации в эпигастральной области.

1. Определите неотложное состояние, развившееся у пациента.
2. Составьте алгоритм оказания неотложной помощи и обоснуйте каждый этап.

Задание 8

У пациента, 18 лет, при заборе крови из вены на фельдшерско-акушерском пункте произошла потеря сознания.

Объективно: бледность кожных покровов, повышенная потливость, расширение зрачков. ЧД 18 в мин. АД 80/60 мм рт.ст. Пульс 60 уд./мин.

1. Определите неотложное состояние, развившееся у пациента.
2. Составьте алгоритм оказания неотложной помощи и обоснуйте каждый этап.

Задание 9

Мужчина 65 лет обратился на прием к фельдшеру медпункта с жалобами на сердцебиение, одышку, головные боли. Эти жалобы беспокоят пациента в течение 2-х лет. К врачам не обращался, самостоятельно не лечился. Ухудшение состояния отмечает в течение месяца- усилилась одышка, он может спать только если голова находится на возвышении. Акроцианоз, бледность кожных покровов. ЧДД 24 в мин. Дыхание везикулярное, хрипов нет. При пальпации сердца усиление верхушечного толчка. При аускультации акцент II тона на аорте. Увеличение границы сердца влево. АД 190/110 мм рт.ст. Пульс 80 уд./мин.

1. Определите неотложное состояние, развившееся у пациента.
2. Составьте алгоритм оказания неотложной помощи и обоснуйте каждый этап.
3. Продемонстрируйте технику иммобилизации при травме шейки бедра

Задание 10

Фельдшера здравпункта вызвали в столовую предприятия. У мужчины 20 лет, нормостеника, во время торопливой еды и разговора появился судорожный кашель, затруднение дыхания. Его беспокоит боль в области гортани. Пациент растерян, говорит с трудом, испытывает страх. Лицо цианотично. Осиплость голоса. Периодически повторяются приступы судорожного кашля и шумное дыхание с затруднением вдоха.

1. Определите неотложное состояние, развившееся у пациента и обоснуйте его.
2. Составьте алгоритм оказания неотложной помощи и обоснуйте каждый этап.
3. Продемонстрируйте технику иммобилизации при переломе нижней трети костей голени.

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

Задание №1

ПОСЛЕ ОЖОГА ОГНЕМ КОЖА ВЫГЛЯДИТ КРАСНОЙ, ОТЕЧНОЙ, НА ПОВЕРХНОСТИ ИМЕЮТСЯ ПУЗЫРИ С ПРОЗРАЧНОЙ ЖИДКОСТЬЮ. ОПРЕДЕЛИТЬ СТЕПЕНЬ ОЖОГА:

Ответ:

1. I
2. II
3. IV
4. III степень

Задание №2

ОБ ЭФФЕКТИВНОСТИ РЕАНИМАЦИОННЫХ МЕРОПРИЯТИЙ МОЖНО СУДИТЬ:

Ответ:

1. По появлению пульса и реакции зрачков на свет
2. По изменению кожных покровов
3. По мнению окружающих
4. По похолоданию конечностей

Задание №3

ПЕРЕЧИСЛИТЬ МЕРОПРИЯТИЯ ДОВРАЧЕБНОЙ ПОМОЩИ ПРИ «ОСТРОМ ЖИВОТЕ»:

Ответ:

1. Грелка на область живота
2. Обезболивающие препараты
3. Пузырь со льдом на живот

Задание №4

ГДЕ ПРОИСХОДИТ ФОРМИРОВАНИЕ ПИЩЕВОГО КОМКА:

Ответ:

1. В кишечнике
2. В желудке
3. В ротовой полости
4. В пищеводе

Задание №5

ПРОФИЛАКТИЧЕСКИМИ МЕРОПРИЯТИЯМИ ВОЗДУШНО-КАПЕЛЬНЫХ ИНФЕКЦИЙ НЕ ЯВЛЯЮТСЯ:

Ответ:

1. Влажная уборка
2. Правильная транспортировка продуктов
3. УФ-облучение

Задание №6

КАКОВЫ ВОЗМОЖНЫЕ ПРИЧИНЫ ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНЫХ КРОВОТЕЧЕНИЙ:

Ответ:

1. УЗИ-обследование брюшной полости
2. Удар в область живота
3. Острый гастрит
4. Язвенная болезнь желудка

Задание №7

К ТРАНСПОРТНОЙ ИММОБИЛИЗАЦИИ ОТНОСЯТ:

Ответ:

1. Костное вытяжение
2. Протезирование
3. Наложение шины
4. Наложение повязки

Задание №8

ОСОБЕННОСТЬЮ СЕРДЕЧНО-ЛЕГОЧНОЙ РЕАНИМАЦИИ ПРИ УТОПЛЕНИИ ЯВЛЯЕТСЯ НЕОБХОДИМОСТЬ В ПЕРВУЮ ОЧЕРЕДЬ:

Ответ:

1. Согревание пострадавшего
2. Введение сердечных средств
3. Очищение дыхательных путей

Задание №9

Выберите несколько вариантов ответов: КАКУЮ ФУНКЦИЮ ВЫПОЛНЯЕТ ПОДЖЕЛУДОЧНАЯ ЖЕЛЕЗА:

Ответ:

1. Измельчение пищи
2. Пропитывание пищевого комка слюной
3. Расщепление сахаров пищи
4. Вырабатывает гормон инсулин

Задание №10

ИНКУБАЦИОННЫЙ ПЕРИОД ПРИ ГРИППЕ:

Ответ:

1. От нескольких часов до 2 суток
2. От 1 до 7 суток
3. От 5 до 10 дней
4. От 10 дней и более

Задание №11

КАКИЕ ОБЛАСТИ ТЕЛА НАИБОЛЕЕ УДОБНЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ВНУТРИМЫШЕЧНЫХ ИНЪЕКЦИЙ:

Ответ:

1. Внутренняя поверхность бедра
2. Боковая поверхность брюшной стенки
3. Верхний наружный квадрант ягодицы

Задание №12

ПРИ КРОВОТЕЧЕНИИ ИЗ АРТЕРИИ:

Ответ:

1. Кровь выделяется медленно из всей раны
2. Кровь выделяется равномерной струей темно-вишневого цвета
3. Кровь выделяется сильно пульсирующей струей ярко-красного цвета

Задание №13

Выберите несколько вариантов ответов: КАКИЕ НЕДОСТАТКИ ОТМЕЧАЮТСЯ ПРИ НАЛОЖЕНИИ ЖГУТА:

Ответ:

1. Сразу останавливается кровотечение
2. Сдавливаются не только артерии, но и мягкие ткани
3. Удобен и прост в применении
4. Ограничено время наложения жгута

Задание №14

ОЖОГИ НЕ БЫВАЮТ:

Ответ:

1. Термическими
2. Природными
3. Химическими
4. Электрическими

Задание №15

ПРИ ОБШИРНОМ ОЖОГЕ II СТЕПЕНИ НЕОБХОДИМО:

Ответ:

1. Самостоятельно вскрыть пузырь и наложить мазевую повязку
2. Обратиться в лечебное учреждение
3. Самостоятельно вскрыть пузырь и наложить стерильную повязку
4. Наложить утепленную повязку

Задание №16

Выберите несколько вариантов ответов: ОТМОРОЖЕНИЕ ЧАЩЕ БЫВАЕТ:

Ответ:

1. Открытых участков тела
2. Внутренних органов
3. Всего организма
4. Верхних и нижних конечностей (рук и ног)

Задание №17

ПРИ ОБЩЕМ ЗАМЕРЗАНИИ ОРГАНИЗМА НЕОБХОДИМО:

Ответ:

1. Принять горячую ванну
2. Тепло укутать и дать горячий чай
3. Принять контрастный душ
4. Растирать замерзшие участки тела снегом

Задание №18

ПРИ КАПИЛЛЯРНОМ: КРОВОТЕЧЕНИИ:

Ответ:

1. Кровь выделяется равномерно из всей раны
2. Кровь выделяется пульсирующей струей темно-вишневого цвета
3. Кровь выделяется сильно прерывистой струей ярко-красного цвета
4. Слабость, головокружение

Задание №19

ЗА СЧЕТ КАКОГО ВЕЩЕСТВА ПРОИСХОДИТ ПЕРЕНОС КИСЛОРОДА В КРОВИ:

Ответ:

1. Адреналина
2. Гемоглобина
3. Лейкоцитов
4. Эритроцитов

Задание №20

НА КАКОЙ СРОК НАКЛАДЫВАЕТСЯ ЖГУТ ЗИМОЙ:

Ответ:

1. На 30 мин
2. На 1 час
3. На 2 часа
4. На 2,5 часа

Задание №21

КАКИЕ ОБЛАСТИ ТЕЛА НАИБОЛЕЕ УДОБНЫ ДЛЯ ПОДКОЖНЫХ ИНЪЕКЦИЙ:

Ответ:

1. Наружная поверхность плеча
2. Внутренняя поверхность плеча
3. Наружная поверхность бедра
4. Внутренняя поверхность бедра

Задание №22

КРОВОТЕЧЕНИЕ, ПРИ КОТОРОМ КРОВЬ ВЫТЕКАЕТ ЧЕРЕЗ РАНУ КОЖНЫХ ПОКРОВОВ И ВИДИМЫХ СЛИЗИСТЫХ ОБОЛОЧЕК, НАЗЫВАЕТСЯ:

Ответ:

1. Наружным
2. Внутренним
3. Капиллярным
4. Паренхиматозным

Задание №23

КАК ПРАВИЛЬНО ОБРАБОТАТЬ РАНУ:

Ответ:

1. Продезинфицировать рану спиртом и туго завязать
2. Смочить йодом марлю и наложить на рану
3. Обработать рану перекисью водорода
4. Наложить на рану плотный комок ваты

Задание №24

ПРИ ПЕРЕЛОМАХ ПОЗВОНОЧНИКА В ГРУДНОМ И ПОЯСНИЧНОМ ОТДЕЛАХ ПОСТРАДАВШЕГО НЕОБХОДИМО ДОСТАВИТЬ В ЛЕЧЕБНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ:

Ответ:

1. Уложив на твердый щит животом вниз
2. Усадив на стул и перемещая в таком положении
3. Уложив на медицинские носилки животом вверх
4. Взяв под руки с двумя сопровождающими

Задание №25

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ВЫВИХЕ:

Ответ:

1. Вправление вывиха
2. Холод на область поврежденного сустава, применение обезболивающих средств, иммобилизация конечности в том положении, которое она приняла после травмы
3. Наложение повязки
4. Обеспечить полный покой

Задание №26

ПОЯВЛЕНИЕ ПОСЛЕ ТРАВМЫ ГОЛОВЫ БОЛЕЙ, ТОШНОТЫ, ИНОГДА РВОТЫ ПРИ СОХРАНЕННОМ СОЗНАНИИ ЯВЛЯЮТСЯ ПРИЗНАКАМИ:

Ответ:

1. Ушиба головного мозга
2. Сотрясения головного мозга
3. Пищевого отравления
4. Гипертонической болезни

Задание №27

Выберите несколько вариантов ответов: ПРИЗНАКИ БИОЛОГИЧЕСКОЙ СМЕРТИ:

Ответ:

1. Отсутствие реакции зрачков на свет
2. Отсутствие пульсации на сонной артерии
3. Помутнение роговицы и появление феномена «кошачьего зрачка»
4. Появление трупных пятен на теле

Задание №28

ПЕРВООЧЕРЕДНЫМ МЕРОПРИЯТИЕМ ПРИ РАНЕНИЯХ ЯВЛЯЕТСЯ:

Ответ:

1. Обезболивание
2. Промывание места ранения дезинфицирующим раствором
3. Наложение стерильной повязки
4. Остановка кровотечения

Задание №29

ЧТО ТАКОЕ ГИПОКСИЯ?

Ответ:

1. Кислородное голодание
2. Обезвоживание организма
3. Перегрев организма
4. Охлаждение организма

Задание №30

Выберите несколько вариантов ответов: ЕСЛИ ЖГУТ НАЛОЖЕН ПРАВИЛЬНО:

Ответ:

1. Пульс на периферических сосудах (ниже жгута) прощупывается

2. Конечность ниже жгута синюшная
3. Пульс на периферических сосудах (ниже жгута) не прощупывается
4. Кровотечение останавливается

Задание №31

ПРИ ОКАЗАНИИ РЕАНИМАЦИОННОЙ ПОМОЩИ НЕОБХОДИМО:

Ответ:

1. Положить пострадавшего на спину на мягкую поверхность, произвести прекардиальный удар в области шеи, приступить к непрямому массажу сердца и искусственной вентиляции легких
2. Положить пострадавшего на спину на жесткую поверхность, произвести прекардиальный удар в области грудины на границе средней и нижней трети с немедленным последующим контролем пульса на сонной артерии, приступить к непрямому массажу сердца и искусственной вентиляции легких, вызвать «скорую помощь» или срочно доставить пострадавшего в больницу
3. Произвести удар в области мечевидного отростка, приступить к непрямому массажу сердца и искусственной вентиляции легких, вызвать «скорую помощь» или срочно доставить пострадавшего в больницу

Задание №32

В НИЖЕПРИВЕДЕННОМ ТЕКСТЕ ОПРЕДЕЛИТЕ ПРАВИЛЬНЫЕ ДЕЙСТВИЯ ПРИ ПРОМЫВАНИИ ЖЕЛУДКА:

Ответ:

1. Дать выпить пострадавшему не менее 8 стаканов теплой кипяченой воды или слабого раствора пищевой соды и, раздражая пальцами корень языка, вызвать рвоту
2. Дать выпить пострадавшему не менее 2 стаканов холодной воды из-под крана, надавливая на область живота, вызвать рвоту
3. Дать выпить пострадавшему 2 стакана горячей воды и, надавливая на область живота, вызвать рвоту

Задание №33

Выберите несколько вариантов ответов: К ЗАКРЫТЫМ ПОВРЕЖДЕНИЯМ ОТНОСЯТСЯ:

Ответ:

1. Вывихи, растяжения
2. Ссадины и раны
3. Царапины и порезы
4. Ушибы

Задание №34

ПРИ ОБМОРОЖЕНИИ УЧАСТОК КОЖИ НЕОБХОДИМО:

Ответ:

1. Растереть снегом
2. Растереть грубой жесткой тканью
3. Создать обездвиженность поврежденного участка тела, переместить пострадавшего в теплое помещение, дать теплое питье

Задание №35

ПНЕВМОТОРАКС – ЭТО:

Ответ:

1. Присутствие воздуха в плевральной полости, приводящее к нарушению вентиляционной функции легких

2. Затрудненность дыхания
3. Вид заболевания легких
4. Открытая рана брюшной полости

Задание №36

ПРИ ЗАКРЫТОМ ПЕРЕЛОМЕ СО СМЕЩЕНИЕМ КОСТЕЙ НЕОБХОДИМО:

Ответ:

1. Поправить смещение и наложить шину
2. Наложить шину, дать обезболивающее средство, холод и быстро доставить в лечебное учреждение
3. Наложить шину с возвращением костей в исходное положение
4. Перенести пострадавшего без фиксации (иммобилизации) отломков

Задание №37

Выберите несколько вариантов ответов: ПРИЗНАКИ ВЫВИХА:

Ответ:

1. Деформация, отек и неестественное положение конечности
2. Сильная боль, резкое усиление болей при движении
3. Покраснение или посинение конечности
4. Обязательное наличие раны

Задание №38

КОГДА ПРОВОДЯТ РЕАНИМАЦИЮ?

Ответ:

1. При переломе
2. При кровотечении
3. Когда отсутствует дыхание и сердечная деятельность
4. При травме головного мозга

Задание №39

ПЕРЕЛОМ – ЭТО:

Ответ:

1. Нарушение целостности кости под действием различных факторов
2. Смещение суставных поверхностей относительно друг друга
3. Нарушение целостности кожи, сопровождающееся кровотечением
4. Деформация и неестественное положение конечности

Задание №40

НАЗОВИТЕ ПРИЗНАКИ ОТКРЫТОГО ПЕРЕЛОМА:

Ответ:

1. Боль, отек
2. Открытая рана, видна костная ткань, боль, нарушение двигательной функции поврежденного органа, кровотечение
3. Боль, припухлость, кровотечение
4. Нарушение двигательной функции поврежденного органа, боль, припухлость, деформация в месте травмы

Задание №41

ПРИ ОТКРЫТОМ ПЕРЕЛОМЕ КОНЕЧНОСТИ С СИЛЬНЫМ КРОВОТЕЧЕНИЕМ РАНЫ НЕОБХОДИМО В ПЕРВУЮ ОЧЕРЕДЬ:

Ответ:

1. Обработать край раны йодом
2. Остановить кровотечение
3. Наложить шину
4. Промыть рану водой

Задание №42

ПРИЧИНЫ, СПОСОБСТВУЮЩИЕ ОТМОРОЖЕНИЮ:

Ответ:

1. Низкая влажность воздуха, тёплая одежда, вынужденное продолжительное длительное пребывание на морозе (лыжники, альпинисты)
2. Высокая влажность воздуха, низкая температура окружающего воздуха, сильный ветер, тесная сырая обувь, вынужденное продолжительное неподвижное положение, длительное пребывание на морозе (лыжники, альпинисты), алкогольное опьянение
3. Низкая температура окружающего воздуха, тяжёлая физическая работа, тёплая одежда, вынужденное продолжительное длительное пребывание на морозе (лыжники, альпинисты)

Задание №43

ПРИЧИНАМИ СЕРДЕЧНОЙ НЕДОСТАТОЧНОСТИ МОГУТ БЫТЬ:

Ответ:

1. Ревматические поражения сердечной мышцы, пороки сердца, инфаркт миокарда, физическое перенапряжение, нарушение обмена веществ и авитаминозы
2. Внутреннее и наружное кровотечение, повреждение опорно-двигательного аппарата, переутомление, тепловой и солнечный удары
3. Тяжелые повреждения, сопровождающиеся кровопотерей, размоложение мягких тканей, раздробление костей

Задание №44

ПРИЗНАКИ СОТРЯСЕНИЕ ГОЛОВНОГО МОЗГА:

Ответ:

1. Кратковременная потеря сознания, рвота, утрата памяти на события, предшествующие травме (ретроградная амнезия), головная боль, головокружение, шум в ушах, неустойчивая походка,
2. Кратковременная потеря сознания
3. Головная боль, рвота
4. Головокружение, нарушение сна

Задание №45

РЕАНИМАЦИЯ В ПОЛНОМ ОБЪЕМЕ НЕОБХОДИМА ПРИ:

Ответ:

1. Глубоком обмороке
2. Тяжелом повреждении головного мозга
3. Прекращении дыхания и сердечной деятельности
4. Очень слабом пульсе

Задание №46

ПРИ ТЕПЛОВОМ УДАРЕ НЕОБХОДИМО:

Ответ:

1. Пострадавшего раздеть, уложить на спину с приподнятыми конечностями и опущенной головой, положить холодные компрессы на голову, шею, грудь, дать обильное холодное питьё
2. Уложить пострадавшего в постель, дать чай, кофе, в тяжелых случаях пострадавшего

следует уложить на спину с опущенными конечностями и приподнятой головой

3. Уложить пострадавшего в постель, дать холодные напитки, в тяжелых случаях пострадавшего следует уложить на спину с опущенными конечностями

Задание №47

КАКУЮ ИНФОРМАЦИЮ НЕОБХОДИМО УКАЗАТЬ В ЗАПИСКЕ, ПРИКРЕПЛЯЕМОЙ К ЖГУТУ:

Ответ:

1. Фамилию, имя, отчество пострадавшего
2. Дату и точное время (часы и минуты) наложения жгута
3. Дату, точное время (часы и минуты) наложения жгута, а также фамилию, имя, отчество пострадавшего, фамилию, имя отчество наложившего жгут

Задание №48

ПРИ ОТКРЫТОМ ПОВРЕЖДЕНИИ ЖИВОТА НЕОБХОДИМО:

Ответ:

1. На рану накладывают асептическую повязку. При выпадении в рану петель кишечника или сальника, органы вправить и прибинтовать
2. Дать больному питьё. На рану накладывают асептическую повязку
3. На рану накладывают асептическую повязку, холод на живот. При выпадении в рану петель кишечника или сальника органы не вправляют, необходимо накрыть их стерильной марлевой салфеткой или проглаженной хлопчатобумажной тканью и рыхло забинтовать

Задание №49

Выберите несколько вариантов ответов: ПЛОЩАДЬ ОЖГОВОЙ ПОВЕРХНОСТИ ОПРЕДЕЛЯЕТСЯ:

Ответ:

1. Правилom «девяток»
2. Правилom «троек»
3. Правилom «на глаз»
4. Правилom ладони

Задание №50

ЧТО ТАКОЕ ДЕЗИНСЕКЦИЯ?

Ответ:

1. Обеззараживание окружающих предметов
2. Уничтожение грызунов
3. Уничтожение неприятных запахов и плесени
4. Комплекс мероприятий, направленных на уничтожение насекомых, возбудителей инфекционных болезней

для 2 курса

Задание №1

ПО ОПРЕДЕЛЕНИЮ ВСЕМИРНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ ЗДОРОВЬЕ ЭТО:

Ответ:

1. Сумма резервных мощностей основных функциональных систем организма
2. Состояние полного физического, душевного и социального благополучия человека
3. Хорошее самочувствие человека
4. Совокупность характеристик физического и психического развития человека

Задание №2

ЧТО ЯВЛЯЕТСЯ ПРЕДМЕТОМ ИЗУЧЕНИЯ ВАЛЕОЛОГИИ?

Ответ:

1. Самосохранение человека
2. Здоровье человека
3. Историю развития общества
4. Инфекционные болезни

Задание №3

ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА НА 50% ЗАВИСИТ ОТ

Ответ:

1. Наследственности
2. Образа жизни
3. Медицины
4. Внешней среды

Задание №4

ВЫБЕРИТЕ ПРИЗНАК НЕЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Ответ:

1. Активная жизненная позиция
2. Несбалансированное питание
3. Полноценный отдых
4. Регулярная двигательная активность

Задание №5

ЧТО НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ОДНИМ ИЗ ВИДОВ ЗДОРОВЬЯ?

Ответ:

1. Соматическое
2. Психическое
3. Эмоциональное
4. Нравственное

Задание №6

ОТМЕТЬТЕ СОСТАВЛЯЮЩУЮ НЕЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Ответ:

1. Полноценный отдых
2. Гиподинамия
3. Отсутствие вредных привычек
4. Сбалансированное питание

Задание №7

ЧТО НЕ ОТНОСЯТСЯ К ПРИЗНАКАМ ЗДОРОВЬЯ:

Ответ:

1. Устойчивость к действиям повреждающих факторов
2. Функционирование в пределах нормы
3. Наличие резервных возможностей организма
4. Регулярная заболеваемость

Задание №7

ЧТО НЕ ЯВЛЯЕТСЯ УСЛОВИЕМ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ?

Ответ:

1. Активная жизненная позиция
2. Полноценный отдых
3. Пассивность
4. Рациональное питание

Задание №8

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ – ЭТО

Ответ:

1. Поведение и мышление человека, обеспечивающее ему укрепление здоровья
2. Систематические занятия спортом
3. Способность человека управлять своими эмоциями
4. Способность человека управлять своими двигательными действиями

Задание №9

ВИД ЗДОРОВЬЯ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИЙ СОСТОЯНИЕ ОРГАНОВ И СИСТЕМ ЧЕЛОВЕКА И НАЛИЧИЕ РЕЗЕРВНЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ НАЗЫВАЕТСЯ

Ответ:

1. Физическое здоровье
2. Духовное здоровье
3. Нравственное здоровье
4. Социальное здоровье

Задание №10

ПОВЕДЕНИЕ И МЫШЛЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА, ОБЕСПЕЧИВАЮЩЕЕ ЕМУ ЗДОРОВОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ, НАЗЫВАЕТСЯ

Ответ:

1. Рациональная жизнь
2. Здоровый образ жизни
3. Эффективный образ жизни
4. Здоровье

Задание №11

КАКОГО УРОВНЯ ЗДОРОВЬЯ НЕ СУЩЕСТВУЕТ?

Ответ:

1. Групповое
2. Среднестатистическое
3. Общественное
4. Личное

Задание №12

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПОВЕДЕНИЯ ЧЕЛОВЕКА – ЭТО

Ответ:

1. Условия жизни
2. Качество жизни
3. Стиль жизни
4. Уровень жизни

Задание №13

ОБЩЕСТВЕННОЕ ЗДОРОВЬЕ – ЭТО

Ответ:

1. Здоровье группы людей
2. Личное здоровье
3. Здоровье населения страны
4. Здоровье людей определенной этнической группы

Задание №14

МАТЕРИАЛЬНЫЕ И СОЦИАЛЬНЫЕ ФАКТОРЫ, ОКРУЖАЮЩИЕ ЧЕЛОВЕКА – ЭТО

Ответ:

1. Условия жизни
2. Качество жизни
3. Стиль жизни
4. Уровень жизни

Задание №15

ОТМЕТЬТЕ СОСТАВЛЯЮЩУЮ НЕЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Ответ:

1. Полноценный отдых
2. Гиподинамия
3. Отсутствие вредных привычек
4. Сбалансированное питание

Задание №16

ТИПОМ ТЕЛОСЛОЖЕНИЯ, ГЕНОТИПОМ, УРОВНЕМ ОБМЕНА ВЕЩЕСТВ, ФУНКЦИОНАЛЬНЫМ СОСТОЯНИЕМ ОРГАНИЗМА ХАРАКТЕРИЗУЕТСЯ

Ответ:

1. Моральное здоровье человека
2. Физическое здоровье человека
3. Психическое здоровье человека
4. Социальное здоровье человека

Задание №17

ЧТО НЕ ЯВЛЯЕТСЯ УСЛОВИЕМ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ?

Ответ:

1. Активная жизненная позиция
2. Полноценный отдых
3. Пассивность
4. Рациональное питание

Задание №18

КАКОЙ % ВАШЕГО ЗДОРОВЬЯ ЗАВИСИТ ОТ ГЕНОТИПА?

Ответ:

1. 50%
2. 30%
3. 20%
4. 10%

Задание №19

ИНДЕКС КЕТЛЕ НАХОДИТСЯ ПО ФОРМУЛЕ

Ответ:

1. Рост/ вес
2. Вес/ рост
3. Объем груди/ рост

4. Объем таза/ объем талии

Задание №20

ТУЧНЫЕ, ПОЛНЫЕ ЛЮДИ ОТНОСЯТСЯ К ТИПУ ТЕЛОСЛОЖЕНИЯ

Ответ:

1. Астеник
2. Нормостеник
3. Гиперстеник
4. Суперстеник

ЗАДАНИЕ №21

АСТЕНИК – ЭТО

Ответ:

1. Гармонично развитый человек
2. Человек худощавый с длинными конечностями
3. Тучный с короткими конечностями
4. Увеличенное количество жирового компонента

ЗАДАНИЕ №22

ЧЕМУ РАВЕН ИДЕАЛЬНЫЙ ВЕС МУЖЧИНЫ (ПО ИНДЕКСУ КЕТЛЕ)?

Ответ:

1. 370 – 400 г/ см
2. 500-600 г/ см
3. 250-300 г/ см
4. 430-480 г/ см

ЗАДАНИЕ №23

СОМАТИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ – ЭТО

Ответ:

1. Тип нравственного и психического здоровья
2. Тип телосложения, генотип, уровень обмена веществ; функциональное состояние организма;
3. Регулярная двигательная активность
4. Соответствие уровня жизни индивидуальным особенностям человека

ЗАДАНИЕ №24

СПИРОМЕТРИЯ – ЭТО

Ответ:

1. Способ оценки дыхательной системы человека
2. Способ оценки сердечно-сосудистой системы человека
3. Способ оценки силовых способностей человека
4. Способ оценки координационных способностей человека

ЗАДАНИЕ №25

НАЗОВИТЕ 1 ЭЛЕМЕНТ, ВХОДЯЩИЙ В СКОРОСТНЫЕ СПОСОБНОСТИ ЧЕЛОВЕКА

Ответ:

1. Ритм
2. Темп
3. Равновесие
4. Сила

ЗАДАНИЕ №26

СКОРОСТНЫЕ СПОСОБНОСТИ РАЗВИВАЮТСЯ ПРИ ПОМОЩИ

Ответ:

1. Упражнений, выполняемых с максимальной скоростью
2. Упражнений, выполняемых с минимальной скоростью
3. Упражнений с отягощением
4. Аэробных упражнений

ЗАДАНИЕ №27

К ФИЗИЧЕСКИМ СПОСОБНОСТЯМ НЕ ОТНОСИТСЯ

Ответ:

1. Сила
2. Выносливость
3. Сила воли
4. Гибкость

ЗАДАНИЕ №28

СПОСОБНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА УПРАВЛЯТЬ СВОИМИ ДВИЖЕНИЯМИ НАЗЫВАЕТСЯ

Ответ:

1. Сила
2. Выносливость
3. Координация
4. Гибкость

ЗАДАНИЕ №29

УКАЖИТЕ ФИЗИЧЕСКИЕ СПОСОБНОСТИ ЧЕЛОВЕКА

Ответ:

1. Силовые, скоростные, координационные, выносливость, гибкость
2. Растягивающие, аэробные, анаэробные, смешанные
3. Утомляющие, расслабляющие
4. Стимулирующие, коммуникативные, планирующие

ЗАДАНИЕ №30

СИЛА - ЭТО

Ответ:

1. Способность человека преодолевать внешнее сопротивление за счет собственных мышечных усилий
2. Способность человека контролировать физические нагрузки в течение суток
3. Способность человека длительное время выполнять физические упражнения
4. Способность правильно рассчитать величину мышечного усилия

ЗАДАНИЕ №31

СПОСОБНОСТЬ СОХРАНЯТЬ РАВНОВЕСИЕ ОТНОСИТСЯ К

Ответ:

1. Скоростным способностям
2. Силовым способностям
3. Сверхъестественным способностям
4. Координационным способностям

ЗАДАНИЕ №32

СТРЕТЧИНГ – СИСТЕМА УПРАЖНЕНИЙ, НАПРАВЛЕННЫХ НА УЛУЧШЕНИЕ...

Ответ:

1. Координации движений
2. Выносливости к статическим усилиям
3. Гибкости, повышение подвижности суставов
4. Силовой выносливости

ЗАДАНИЕ №33

КАКИЕ УПРАЖНЕНИЯ УВЕЛИЧИВАЮТ ЭЛАСТИЧНОСТЬ МЫШЦ?

Ответ:

1. Аэробные
2. Анаэробные
3. Растягивающие
4. Ритмические

ЗАДАНИЕ №34

ДЛЯ ОЦЕНКИ ГИБКОСТИ ПРИМЕНЯЮТ СЛЕДУЮЩИЕ ТЕСТЫ

Ответ:

1. Висы на полусогнутых руках
2. Поднимание туловища из положения лежа
3. Наклон туловища из положения стоя на скамейке
4. Вис углом

ЗАДАНИЕ №35

ВЫНОСЛИВОСТЬ БЫВАЕТ

Ответ:

1. Общая и специальная
2. Внешняя и внутренняя
3. Обязательная и необязательная
4. Произвольная и произвольная

ЗАДАНИЕ №36

СПОСОБНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА ДЛИТЕЛЬНОЕ ВРЕМЯ ВЫПОЛНЯТЬ КАКУЮ-ЛИБО ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ БЕЗ СНИЖЕНИЯ ЕЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ – ЭТО

Ответ:

1. Гибкость
2. Сила
3. Выносливость
4. Быстрота

ЗАДАНИЕ №37

НАЗОВИТЕ ТРЕТИЙ ОСНОВНОЙ КОМПОНЕНТ СБАЛАНСИРОВАННОГО ПИТАНИЯ «БЕЛКИ, ЖИРЫ, ...»

Ответ:

1. Витамины
2. Минеральные вещества
3. Углеводы
4. Вода

ЗАДАНИЕ №38

КАКИЕ ВЕЩЕСТВА КЛАССИФИЦИРУЮТСЯ НА МАКРО – МИКРОЭЛЕМЕНТЫ?

Ответ:

1. Белки
2. Жиры
3. Минеральные вещества
4. Углеводы

ЗАДАНИЕ №39

СБАЛАНСИРОВАННОСТЬ ПИТАНИЯ – ЭТО СООТНОШЕНИЕ

Ответ:

1. Белков животного и растительного происхождения
2. Жиров животного и растительного происхождения
3. Белков, жиров, углеводов
4. Моносахаридов, полисахаридов

ЗАДАНИЕ №40

ОРГАНИЧЕСКИЕ СОЕДИНЕНИЯ, НЕРАСТВОРИМЫЕ В ВОДЕ, МАСЛЯНИСТОЕ ВЕЩЕСТВО, ОДИН ИЗ ОСНОВНЫХ КОМПОНЕНТОВ КЛЕТОК И ТКАНЕЙ ЖИВЫХ ОРГАНИЗМОВ, НАЗЫВАЮТСЯ

Ответ:

1. Углеводы
2. Витамины
3. Жиры
4. Белки

ЗАДАНИЕ №41

ПРОДУКТЫ ПИТАНИЯ: МАСЛО, ОРЕХИ, ШОКОЛАД, ЖЕЛТКИ ЯИЦ БОГАТЫ

Ответ:

1. Жирами
2. Углеводами
3. Белками
4. Витаминами

ЗАДАНИЕ №42

К ЖИРОРАСТВОРИМЫМ ВИТАМИНАМ НЕ ОТНОСИТСЯ

Ответ:

1. Витамин С
2. Витамин А
3. Витамин Д
4. Витамин Е

ЗАДАНИЕ №43

ОСНОВНОЙ СТРОИТЕЛЬНЫЙ МАТЕРИАЛ ОРГАНИЗМА ЧЕЛОВЕКА – ЭТО

Ответ:

1. Белки
2. Жиры
3. Витамины
4. Углеводы

ЗАДАНИЕ №44

ВЫСОКОМОЛЕКУЛЯРНЫЕ АЗОТОСОДЕРЖАЩИЕ ВЕЩЕСТВА, МОЛЕКУЛЫ КОТОРЫХ ПОСТРОЕНЫ ИЗ АМИНОКИСЛОТ, НАЗЫВАЮТСЯ

Ответ:

1. Жиры
2. Витамины
3. Белки
4. Углеводы

ЗАДАНИЕ №45

МЕТАБОЛИЗМ – ЭТО

Ответ:

1. Жизнь клетки
2. Способность к размножению
3. Деятельность мозга
4. Обмен веществ

ЗАДАНИЕ №46

БУЛИМИЯ – ЭТО

Ответ:

1. Заболевание, связанное с нарушением солевого обмена в организме
2. Доведенное до крайности неумеренное потребление пищи, невротическое состояние
3. Недостаток в рационе питания минеральных веществ
4. Недостаток в рационе питания йода

ЗАДАНИЕ №47

АНОРЕКСИЯ – ЭТО

Ответ:

1. Невротическое состояние, при котором человек доводит соблюдение диеты до крайности полного истощения
2. Переизбыток в рационе питания минеральных веществ
3. Заболевание, связанное с нарушением солевого обмена в организме
4. Переизбыток в рационе питания йода

ЗАДАНИЕ №48

ФИТНЕСС – В ПЕРЕВОДЕ С АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА ОЗНАЧАЕТ

Ответ:

1. Строительство
2. Соответствие
3. Оптимизация
4. Норма

ЗАДАНИЕ №49

ШЕЙПИНГ – ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА, ВКЛЮЧАЮЩАЯ В СЕБЯ

Ответ:

1. Только растягивающие упражнения
2. Только силовые упражнения
3. Аэробные, силовые упражнения
4. Координационные упражнения

ЗАДАНИЕ №50

АУТОГЕННАЯ ТРЕНИРОВКА ПРЕДПОЛАГАЕТ

Ответ:

1. Обучение человека мышечной релаксации, самовнушению, развитию концентрации внимания и силы представления, умению контролировать непроизвольную умственную активность
2. Мысленное выполнение человеком двигательных действий
3. Самостоятельное выполнение двигательных действий во внеурочное время
4. Воздействие гипнозом на выполняющего двигательные действия человека

6 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций

Многообразие изучаемых тем, видов занятий, индивидуальных способностей студентов, обуславливает необходимость оценивания знаний, умений, навыков с помощью системы процедур, контрольных мероприятий, различных образовательных технологий и оценочных средств. Перечень используемых образовательных технологий и оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины представлен в рабочей программе дисциплины. В следующей таблице представлено описание возможных видов контрольных мероприятий.

Виды занятий и контрольных мероприятий	Оцениваемые результаты обучения	Описание процедуры оценивания
Посещение лекций	Знание теоретического материала по пройденным темам	Проверка конспектов лекций, тестирование
Выполнение практических работ	Основные умения и навыки, соответствующие теме работы	Проверка отчёта, защита выполненной работы, тестирование, решение задач
Самостоятельная работа (выполнение дополнительных заданий)	Знания, умения и навыки, сформированные во время самоподготовки	Проверка полученных результатов, рефератов, тестирование
Промежуточная аттестация	Знания, умения и навыки, соответствующие изученной дисциплине	Экзамен или зачёт, с учётом результатов текущего контроля, в традиционной форме или компьютерное тестирование

Задание для текущего контроля и проведения промежуточной аттестации должны быть направлены *на оценивание*:

- 1 уровня освоения теоретических понятий, научных основ профессиональной деятельности;
- 2 степени готовности обучающегося применять теоретические знания и профессионально значимую информацию, сформированности когнитивных умений.
- 3 приобретенных умений, профессионально значимых для профессиональной деятельности.

Задания для оценивания когнитивных умений (знаний) должны предусматривать необходимость проведения аттестуемым интеллектуальных действий:

- по дифференциации информации на взаимозависимые части, выявлению взаимосвязей между ними и т.п.;
- по интерпретации и творческому усвоению информации из разных источников, ее системного структурирования;

- по выявлению значения предмета учебной дисциплины для достижения конкретной цели, на основе проникновения в суть общественных явлений и процессов;
- по комплексному использованию интеллектуальных инструментов учебной дисциплины для решения учебных и практических проблем.

При составлении заданий необходимо иметь в виду, что они должны носить практико-ориентированный комплексный характер, быть направлены на формирование и закрепление общекультурных и профессиональных компетенций.

Текущий контроль предназначен для проверки хода и качества формирования компетенций, стимулирования учебной работы обучаемых и совершенствования методики освоения новых знаний. Он обеспечивается проведением семинаров, оцениванием контрольных заданий, проверкой конспектов лекций, периодическим опросом на занятиях.

Формы, методы и периодичность текущего контроля определяет преподаватель в соответствии с рабочей программой дисциплины.

Промежуточная аттестация предназначена для определения уровня освоения всего объема учебной дисциплины. Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме экзамена, на котором оценивается уровень освоения дисциплины и степень сформированности компетенции.

При текущем и промежуточном контроле уровень освоения учебной дисциплины и степень сформированности компетенции определяются оценками «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».