



Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Новгородский государственный университет имени Ярослава Мудрого»  
МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ  
МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ

Учебно-методическая документация

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ И ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ**

### **ПМ.01 ПРОВЕДЕНИЕ ПРОФИЛАКТИЧЕСКИХ МЕРОПРИЯТИЙ**

#### **МДК.01.02 ОСНОВЫ ПРОФИЛАКТИКИ**

Специальность:

**34.02.01 Сестринское дело**

Квалификация выпускника: медицинская сестра/медицинский брат

*(базовая подготовка)*

*Форма обучения - очно-заочная*

**Разработчик:**

**В.В. Пасько** – преподаватель Медицинского колледжа МПК Новгородского государственного университета имени Ярослава Мудрого

Методические рекомендации по организации и выполнению самостоятельной работы *МДК.01.02 Основы профилактики (форма обучения – очно-заочная)* приняты на заседании предметной цикловой комиссии преподавателей профессионального цикла колледжа

Протокол № 2 от «07» сентября 2016г.

Председатель предметной (цикловой) комиссии – В.В. Пасько

## Содержание

Пояснительная записка.....	4
Тематический план и содержание МДК.01.02 Основы профилактики.....	6
Содержание самостоятельной работы.....	9
<i>Самостоятельная работа № 1</i> .....	9
<i>Самостоятельная работа № 2</i> .....	11
<i>Самостоятельная работа № 3</i> .....	12
<i>Самостоятельная работа № 4</i> .....	14
<i>Самостоятельная работа № 5</i> .....	15
<i>Самостоятельная работа № 6</i> .....	17
Информационное обеспечение обучения .....	20
Приложения .....	22
Лист регистрации изменений.....	26

## Пояснительная записка

Методические рекомендации по организации и выполнению самостоятельной работы, являющиеся частью учебно-методического комплекса МДК 01.02. Основы профилактики составлены в соответствии с:

1. Федеральным государственным образовательным стандартом по специальности 34.02.01 Сестринское дело (базовая подготовка);
2. Рабочей программой профессионального модуля ПМ.01 Проведение профилактических мероприятий;
3. Положением о планировании и организации самостоятельной работы студентов колледжей МПК НовГУ.

Методические рекомендации включают внеаудиторную работу студентов, предусмотренную рабочей программой профессионального модуля в объеме 76 часов.

Формами внеаудиторной самостоятельной работы являются:

1. Изучение нормативных документов по вопросам медицинской профилактики.
2. Выявление факторов риска здоровью в конкретных ситуациях.
3. Составление планов обучения населения здоровому образу жизни.
4. Составление планов обучения пациентов в школах здоровья.
5. Составление памяток по вопросам сохранения и поддержания здоровья для людей разного возраста.
6. Составление рефератов, презентаций.
7. Составление памяток для пациентов, слушателей школ здоровья.

В результате выполнения практических заданий обучающийся должен:

**уметь:**

- обучать население принципам здорового образа жизни;
- проводить и осуществлять оздоровительные и профилактические мероприятия;
- консультировать пациента и его окружение по вопросам иммунопрофилактики;
- консультировать по вопросам рационального и диетического питания; – организовывать мероприятия по проведению диспансеризации;

**знать:**

- современные представления о здоровье в разные возрастные периоды, возможные факторы, влияющие на здоровье, направления сестринской деятельности по сохранению здоровья;
- основы иммунопрофилактики различных групп населения;
- принципы рационального и диетического питания;
- роль сестринского персонала при проведении диспансеризации населения и работе «школ здоровья».

**Тематический план и содержание МДК 01.02 Основы профилактики**

<b>Раздел 2. ПМ.01 Сестринское обеспечение профилактических мероприятий</b>		<b>108</b>	
<b>МДК.01.02 Основы профилактики</b>		<b>108</b>	
<b>Тема 2.1. Профилактическая медицина. Концепция охраны и укрепления здоровья</b>	<b>Содержание</b> Теоретические основы укрепления здоровья и профилактика нарушений состояния здоровья. Профилактика: понятие, виды, формы и уровни воздействия. Государственная политика в области охраны и укрепления здоровья. Нормативные документы, регламентирующие профилактическую деятельность. Концепция сохранения здоровья здоровых.	2	1
<b>Тема 2.2. Сестринские технологии в профилактической медицине</b>	<b>Содержание</b> Сбор информации, анализ и учет факторов риска здоровью и факторов, определяющих здоровье	2	1, 2
	<b>Практическое занятие № 8</b> <i>«Методы, технологии и средства укрепления здоровья населения и профилактики его нарушений»</i>	4	

<p><b>Тема 2.3.</b> <b>Здоровье и образ жизни.</b> <b>Рациональное питание.</b> <b>Двигательная активность.</b></p>	<p><b>Содержание</b> Понятие «образ жизни». Структура образа жизни. Влияние факторов образа жизни на здоровье. Формирование здорового образа жизни. Влияние питания, двигательной активности на здоровье. Профилактика табакокурения, алкоголизации и наркомании.</p>	2	2
<p><b>Тема 2.4.</b> <b>Профилактика формирования вредных привычек.</b></p>	<p><b>Содержание</b> Профилактика табакокурения, алкоголизации и наркомании</p>	2	2
<p><b>Тема 2.5.</b> <b>Профилактика заболеваний, зависящих от образа жизни</b></p>	<p><b>Содержание</b> Профилактика онкозаболеваний, болезней органов дыхания, сердечно - сосудистой, эндокринной, нервной системы.</p>	2	1
<p><b>Тема 2.6.</b> <b>Психика и здоровье.</b></p>	<p><b>Содержание</b> Профилактика нарушений психического здоровья.</p>	2	1
<p><b>Тема 2.7.</b> <b>Профилактика нарушений репродуктивного здоровья</b></p>	<p><b>Содержание</b> Профилактика нарушений репродуктивного здоровья.</p>	2	1, 2
	<p><b>Практическое занятие № 9</b> <i>«Обучение технологиям профилактики»</i></p>	4	

<p align="center"><b>Тема 2.8</b> <b>Организация работы школ здоровья</b></p>	<p><b>Содержание</b> Школы здоровья для лиц с факторами риска и пациентов. Участие сестринского персонала в работе школ здоровья. Школа формирования здорового образа жизни.</p>	<p align="center">2</p>	<p align="center">2</p>
<p align="center"><b>Тема 2.9</b> <b>Школы здоровья</b></p>	<p><b>Содержание</b> Роль сестринского персонала в работе школ материнства. Школы здоровья для пациентов: артериальной гипертензии, бронхиальной астмы, сахарного диабета, остеопороза и др.</p>	<p align="center">4</p>	<p align="center">2</p>
	<p><b>Практическое занятие № 10 «Школы здоровья»</b></p>	<p align="center">4</p>	
<p><b>Самостоятельная работа при изучении раздела 2</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Изучение и конспектирование нормативных документов, регламентирующих профилактическую деятельность.</li> <li>2. Изучение «Кодекса здоровья и долголетия».</li> <li>3. Выявление факторов риска здоровью в конкретных ситуациях.</li> <li>4. Составление планов обучения населения здоровому образу жизни.</li> <li>5. Составление памяток для пациентов - слушателей школ здоровья.</li> </ol>		<p align="center">76</p>	

## **Содержание самостоятельной работы**

### **Самостоятельная работа № 1 (внеаудиторная) (12 часов).**

#### **Тема 2.3. Здоровье и образ жизни. Рациональное питание.**

##### **Двигательная активность.**

#### **Цели самостоятельной работы:**

- закрепить теоретические знания по теме;
- научиться выявлять факторы, влияющие на здоровье;
- совершенствовать умения применять полученные знания при работе с пациентами.

#### **Требования к умениям студентов:**

- проводить и осуществлять оздоровительные и профилактические мероприятия;
- консультировать пациента и его окружение по вопросам влияния факторов образа жизни на здоровье;
- составлять анкеты и проводить анкетирование населения;
- обучать население принципам здорового образа жизни;
- консультировать по вопросам рационального и диетического питания;
- консультировать по вопросам повышения двигательной активности здоровых и больных.

#### **Требования к знаниям студентов:**

- современные представления о здоровье в разные возрастные периоды, возможные факторы, влияющие на здоровье, направления сестринской деятельности по сохранению здоровья.
- принципы рационального и диетического питания;
- роль сестринского персонала для повышения двигательной активности пациентов.

#### **Содержание заданий:**

1. Составить анкету для выявления влияния факторов образа жизни на здоровье и провести анкетирование. Оценить полученные данные.
2. Подобрать комплекс физических упражнений из цикла «Гимнастика для ленивых».
3. Подготовить памятки для населения по рациональному питанию.

### **Практические рекомендации по выполнению:**

1. Изучить теоретический материал темы. Подготовить анкету по выявлению влияния факторов образа жизни на здоровье человека. Анкета может быть именная или анонимная. Необходимо обязательно указать возраст и пол обследуемых, а также условия трудовой деятельности. В анкету должны быть включены вопросы о соблюдении режима дня, о питании, об отношении к физической нагрузке, о вредных привычках, о досуге и т.д.
2. При подготовке комплекса следует учитывать, что многие люди объясняют свое нежелание заниматься физическими упражнениями нехваткой времени, большой занятостью и т.д. Поэтому им можно предложить комплексы упражнений, которые можно выполнять на работе, в транспорте, при приготовлении пищи на кухне.
3. Памятки подготовить для пациентов с хроническими заболеваниями желудочно-кишечного тракта. Заболевание Вы можете выбрать сами. Для того чтобы сделать памятку более привлекательной для пациентов Вы можете добавить рисунки, аппликации.

### **Требования к результатам работы:**

Анкету напечатать на листах формата А 4, шрифт 12.

Анкета должна содержать 15-20 вопросов.

Провести анкетирование 10 человек. Сформулировать выводы. Записать в тетради.

Комплексы упражнений «Гимнастика для ленивых» оформить на листах А4.

Памятку можно выполнить на листе формата А 4 или в виде небольшой книжки.

Комплексы упражнений и памятки подготовить к практическому занятию 2.

### **Формы контроля:**

1. Оценка анкеты.
2. Проверка записей в тетради.
3. Устный опрос.
4. Проверка комплексов.
5. Проверка памяток.

### **Критерии оценки:**

**Отлично** – анкета составлена в соответствии с требованиями. Студент провел анкетирование и сформулировал выводы.

**Хорошо** – анкета составлена в соответствии с требованиями, но студент недостаточно четко дает оценку проведенному исследованию.

**Удовлетворительно** – анкета составлена, но количество и качество вопросов не позволяет правильно оценить влияние факторов образа жизни на анкетируемых. **Неудовлетворительно** – задание не выполнено.

**Самостоятельная работа № 2 (внеаудиторная) (12 часов).**  
**Тема 2.4. Профилактика формирования вредных привычек.**

**Цели самостоятельной работы:**

- углубить теоретические знания по теме.
- развивать познавательные способности, творческую инициативу и активность студентов;
- формировать умения студентов использовать периодическую печать.

**Требования к умениям студентов:**

- обучать население принципам здорового образа жизни;
- проводить и осуществлять оздоровительные и профилактические мероприятия для профилактики формирования вредных привычек;
- работать с периодической печатью.

**Требования к знаниям студентов:**

- современные представления о здоровье в разные возрастные периоды, возможные факторы, влияющие на здоровье, направления сестринской деятельности по сохранению здоровья;
- роль сестринского персонала при проведении профилактических мероприятий формирования вредных привычек.

**Содержание задания:**

Подготовить реферат на тему (по выбору студентов):

- 1 «Социальные последствия наркомании».
- 2 «Алкоголизм и его генетические последствия».
- 3 «Алкоголизм и беременность».
- 4 «Курить – здоровью вредить».
- 5 «Зависимости в современном обществе».

### **Практические рекомендации по выполнению:**

Выберете тему реферата. При подготовке реферата воспользоваться ресурсами Интернета, материалом периодической печати.

Реферат состоит из введения, основной части и заключения.

Во введении можно изложить краткую программу реферата или раскрыть значение темы. Материал должен быть интересным, доступным и убедительным. Основной акцент необходимо сделать на освещении профилактических мероприятий. Учитывая возможное утомление слушателей, заключение следует делать кратким и по возможности эмоциональным

### **Требования к результатам работы:**

Требования к оформлению реферата см. в Приложение 1. По материалам реферата подготовить краткое выступление на 5-10 минут.

### **Формы контроля:**

1. Проверка реферата.
2. Представление сообщения перед слушателями.

### **Критерии оценки:**

**Отлично** – реферат написан в соответствии с требованиями. Студент владеет материалом. Отвечает на все вопросы преподавателя и сокурсников.

**Хорошо** – реферат написан в соответствии с требованиями. Студент испытывает затруднения при ответах на поставленные вопросы.

**Удовлетворительно** – реферат «скачан» с Интернета, студент владеет материалом, но проявляет неуверенность при ответах.

**Неудовлетворительно** – задание не выполнено или реферат «скачан» с Интернета, при защите студент показывает незнание материала темы.

## **Самостоятельная работа № 3 (внеаудиторная) (12 часов).**

### **Тема 2.5. Профилактика заболеваний, зависящих от образа жизни.**

#### **Цели самостоятельной работы:**

- закрепить теоретические знания студентов по теме;
- развивать познавательные способности студентов;
- формировать умения применять теоретические знания на практике.

### **Требования к умениям студентов:**

- обучать население принципам здорового образа жизни;
- работать с периодической и учебной литературой;
- проводить и осуществлять оздоровительные и профилактические мероприятия.

### **Требования к знаниям студентов:**

- причин возникновения соматических заболеваний у населения;
- мер профилактики различных заболеваний;
- роль сестринского персонала при проведении профилактической работы с населением.

### **Содержание заданий:**

По выбору студентов:

- Подготовить памятки для пациентов.
- Подготовить презентацию.

### **Практические рекомендации по выполнению:**

Изучить теоретический материал по теме. При изучении материала особое внимание обратить на причины возникновения сердечно-сосудистых, эндокринных заболеваний и заболеваний органов дыхания, а также на их возможные последствия.

Рекомендовано подготовить памятки или презентации по профилактике сердечно-сосудистых заболеваний, сахарного диабета, остеопороза или заболеваний органов дыхания. Подберите материал для памятки или презентации.

Если Вы выбрали изготовление памятки, то должны сделать две памятки по одному заболеванию, направленные на разные категории населения (например, по профилактике сердечно-сосудистых заболеваний - одну для водителей-дальнобойщиков, вторую – для пожилых граждан).

Если Вы выбрали изготовление презентации, то она может быть направлена на любые категории населения, по вашему выбору.

### **Требования к результатам работы:**

Если в качестве задания Вы выбрали подготовку памяток. Размер памятки не должен превышать лист А 4. Желательно, чтобы в памятке был не только текст, но и рисунок, аппликация и т.п.

Если в качестве задания Вы выбрали презентацию. Требования к оформлению см. Приложение 2.

**Форма контроля:**

Проверка памяток и презентаций.

**Критерии оценки:**

**Отлично** – задание выполнено полностью, красочно оформлено. При подготовке памяток учтены общепринятые рекомендации по профилактике конкретных заболеваний.

**Хорошо** – задание выполнено в соответствии с рекомендуемыми требованиями. Памятки подготовлены в виде текста большого объема. Презентация состоит в основном из текста.

**Удовлетворительно** - задание выполнено не полностью или содержит медицинские термины, рекомендации по приему лекарственных препаратов, большой объем текста.

**Неудовлетворительно** – задание не выполнено.

**Самостоятельная работа № 4 (внеаудиторная) (12 часов).****Тема 2.7. Профилактика нарушений репродуктивного здоровья.****Цели самостоятельной работы:**

- закрепить теоретические знания студентов по теме;
- развивать познавательные способности студентов;
- формировать умения применять теоретические знания на практике при работе с пациентами.

**Требования к умениям студентов:**

- обучать население принципам здорового образа жизни с целью сохранения репродуктивного здоровья;
- проводить и осуществлять оздоровительные и профилактические мероприятия, направленные на сохранение здоровья девочек, девушек, женщин;
- консультировать мужчин и женщин по вопросам сохранения репродуктивного здоровья.

**Требования к знаниям студентов:**

- современные представления о здоровье в разные возрастные периоды, возможные факторы, влияющие на здоровье, направления сестринской деятельности по сохранению здоровья;
- основы иммунопрофилактики различных групп населения.

### **Содержание заданий:**

Подготовить реферат на тему по выбору студента:

- «Профилактика ЗППП в группах риска».
- «Современные подходы к контрацепции».
- «Роль медицинской сестры в программе «Планирование семьи».

### **Практические рекомендации по выполнению:**

Изучите теоретический материал темы. Выберите тему для написания реферата. Реферат состоит из введения, основной части и заключения.

Во введении можно изложить краткую программу реферата или раскрыть значение темы. Материал должен быть интересным, доступным и убедительным. Основной акцент рекомендуется сделать на профилактические мероприятия в подростковой и молодежной среде.

### **Требования к результатам работы:**

Требования к оформлению реферата см. в Приложение 1. По материалам реферата подготовить краткое выступление на 5-10 минут.

### **Формы контроля:**

1. Проверка реферата.
2. Защита реферата.

### **Критерии оценки:**

**Отлично** – реферат написан в соответствии с требованиями. Студент владеет материалом. Отвечает на все вопросы преподавателя и сокурсников.

**Хорошо** – реферат написан в соответствии с требованиями. Студент испытывает затруднения при ответах на поставленные вопросы.

**Удовлетворительно** – реферат «скачан» с Интернета, студент владеет материалом, но проявляет неуверенность при ответах.

**Неудовлетворительно** – задание не выполнено или реферат «скачан» с Интернета, при защите студент показывает незнание материала темы.

## **Самостоятельная работа № 5 (внеаудиторная) (14 часов).**

**Тема 2.3. Здоровье и образ жизни. Рациональное питание. Двигательная активность.**

**Тема 2.4. Профилактика формирования вредных привычек.**

**Тема 2.5. Профилактика заболеваний, зависящих от образа жизни.**

**Тема 2.6. Психика и здоровье.**  
**Тема 2.7. Профилактика нарушений репродуктивного здоровья.**

**Цели самостоятельной работы:**

- закрепить теоретические знания студентов по теме;
- развивать познавательные способности студентов;
- формировать умения применять теоретические знания на практике.

**Требования к умениям студентов:**

- обучать население принципам здорового образа жизни;
- проводить и осуществлять оздоровительные и профилактические мероприятия;
- консультировать пациента и его окружение по вопросам иммунопрофилактики;
- организовывать мероприятия по проведению диспансеризации;

**Требования к знаниям студентов:**

- современные представления о здоровье в разные возрастные периоды;
- роль сестринского персонала при работе «школ здоровья».

**Содержание заданий:**

Подготовить обзор «Кодекса здоровья и долголетия»

**Практические рекомендации по выполнению:**

Всего разработано пять видов «Кодекса здоровья и долголетия» для:

- ✓ Женщин, планирующих родить ребенка, беременных и молодых мам; ✓ Родителей детей до 14 лет;
- ✓ Подростков 12-18 лет;
- ✓ Людей молодого и среднего возраста; ✓ Людей старшего возраста.

Кодексы Вы можете найти на сайте [zdorov47.ru](http://zdorov47.ru) Интернета. Изучите Кодексы. Подготовьте обзор одного из них (по выбору преподавателя). Обзор может быть устный в виде краткого сообщения, но более высокую оценку Вы получите, если обзор будет выполнен в виде презентации.

**Требования к результатам работы:**

На практическом занятии 2 Вы должны представить устное сообщение по предложенному Вам Кодексу или сообщение с презентацией.

**Форма контроля:** Представление сообщения/презентации на практическом занятии.

**Критерии оценки:**

**Отлично** – задание выполнено полностью, красочно оформлено. Студент владеет материалом. Уверенно отвечает на вопросы.

**Хорошо** – задание выполнено. Презентация состоит в основном из текста. При ответе на вопросы студент испытывает затруднения.

**Удовлетворительно** - подготовлено только устное сообщение. Студент плохо владеет материалом. Затрудняется при ответах на поставленные вопросы.

**Неудовлетворительно** – задание не выполнено.

**Самостоятельная работа № 6 (внеаудиторная) (14 часов).**

**Тема 2.8. Организация работы школ здоровья.**

**Тема 2.9. Школы здоровья.**

**Цели самостоятельной работы:**

- закрепить теоретические знания студентов по теме;
- формировать умения применять теоретические знания на практике при работе с пациентами различных «Школ здоровья».

**Требования к умениям студентов:**

- обучать население принципам здорового образа жизни;
- проводить и осуществлять оздоровительные и профилактические мероприятия в «Школах здоровья» для пациентов с различной патологией, в «Школах формирования здорового образа жизни»;
- консультировать пациента и его окружение по вопросам здорового образа жизни, по факторам риска.

**Требования к знаниям студентов:**

- современные представления о здоровье в разные возрастные периоды, возможные факторы, влияющие на здоровье, направления сестринской деятельности по сохранению здоровья;
- основы формирования здорового образа жизни в различных группах населения;
- роль сестринского персонала при проведении диспансеризации населения и работе «школ здоровья».

### **Содержание заданий:**

Составить план обучения в «Школах здоровья» для пациентов с сахарным диабетом, остеопорозом, бронхиальной астмой.

Подготовить памятки по питанию беременных, по режиму дня беременных, по гигиене беременных, по питанию больных с сахарным диабетом, по профилактике остеопороза.

**Практические рекомендации по выполнению:** Изучить теоретический материал темы.

### **После окончания обучения в школе пациенты должны знать:**

- причины, симптомы заболевания и обострений заболеваний
- факторы, определяющие риск развития осложнений заболеваний
- основы самоконтроля
- средства доврачебной самопомощи (если они необходимы)
- основы здорового питания, питания при данном заболевании
- влияние поведенческих факторов риска на здоровье
- основные группы препаратов, показания и основные побочные действия лекарств.

### **После окончания обучения в школе пациенты должны уметь:**

- применять полученные знания для самоконтроля за состоянием здоровья, - вести дневник пациента
- проводить самооценку и контроль за факторами, влияющими на течение заболевания
- следовать назначениям врача, не заниматься самолечением
- применять средства доврачебной помощи и самопомощи
- контролировать основные факторы риска осложнений
- (для курящих) принимать решение бросить курить, уменьшить вред курения на собственное здоровье и здоровье окружающих
- контролировать уровень стресса, стрессовое поведение и отношение к нему использовать все возможное и зависящее от самого пациента для повышения приверженности к лечению, соблюдению рекомендаций врача, оздоровлению

С учетом вышеперечисленного, подготовить план обучения в «Школе здоровья» (направление работы Школы по вашему выбору), рассчитанный на 6 занятий по 90 минут.

Подготовить памятку по предложенной теме на Ваш выбор.

**Требования к результатам работы:**

План обучения записать в тетради для практических работ.

Представить его на практическом занятии 3.

Размер памятки не должен превышать лист А 4. Желательно, чтобы в памятке был не только текст, но и рисунок, аппликация и т.п.

**Формы контроля:**

1. Проверка планов обучения.
2. Проверка памяток.

**Критерии оценки:**

**Отлично** – план обучения подготовлен в соответствии с требованиями. Студент демонстрирует знания теоретического материала при ответе на вопросы. Памятка выполнена в соответствии с требованиями.

**Хорошо** – задание выполнено. Студент испытывает некоторые затруднения, при защите своего плана и при ответах на вопросы. Памятка выполнена в соответствии с требованиями.

**Удовлетворительно** - задание выполнено не полностью, при представлении плана студент не совсем четко и обоснованно излагает материал, испытывает затруднения при ответе на поставленные вопросы; проявляет неуверенность. Памятка представляет собой только текст большого объема.

**Неудовлетворительно** – задание не выполнено.

## Информационное обеспечение обучения

### Основные источники:

- 1) Основы профилактической деятельности ПМ. 01: учебник /Н.Г. Петрова и др.- Ростов н/Д: Феникс, 2016.-285 с.

### Дополнительные источники:

- 2) Вайнер Э.Н. Валеология: учебник для ВУЗов.- 4-е изд., испр. - М.: Флинта: Наука, 2006.- 416с.
- 3) Ермолаев О.Ю. Правильное дыхание: практическое пособие.- М.: Флинта: Наука, 2001.- 192с.
- 4) Ерышев О.Ф. Лечение алкогольной зависимости.- СПб.: Нева, 2004.- 128с.
- 5) Казьмин В.Д. Хочу бросить курить! Это проще, чем вы думаете!.- Ростов н/Д: Феникс, 2005.- 157с.
- 6) Коробкина З.В. Профилактика наркотической зависимости у детей и молодежи.- 3-е изд.- М.: Академия, 2008.- 192с.
- 7) Кучма В.Р. Этапы жизнедеятельности человека и медицинские услуги в разные возрастные периоды: учеб. для студ. мед. училищ и колледжей /В.Р.Кучма, В.И.Донцов, В.Н.Крутько; под ред. В.Р.Кучмы, В.Н.Серова. – 2-е изд., стер. – М.: ИЦ «Академия», 2002. – 400 с.
- 8) Масияускене О.В. Валеология: учебное пособие .- 2-е изд., стер.- Ростов н/Д: Феникс, 2011.- 251 с.
- 9) Митяева А.М. Здоровый образ жизни: учебное пособие для студентов вузов.- М.: Академия, 2008.-144 с.
- 10) Назарова Е.Н. Здоровый образ жизни и его составляющие: учебное пособие для студентов вузов.- 2-е изд., стер.- М.: Академия, 2008.- 256 с.
- 11) Новикова Е.П. Справочник врача и медсестры детского сада / Е.П.Новикова, С.В.Шалункина. - Ростов н/Д: Феникс, 2011. – 252 с.
- 12) Отвагина Т.В. СТОП! Наркотик!.- 2-е изд.- Ростов н/Д: Феникс, 2006.- 256с.
- 13) Санитарно-эпидемиологические требования к организациям, осуществляющим медицинскую деятельность / СанПиН 2.1.3.2630-10 № 58 от 18.05.2010г.
- 14) Сирота Н.А. Профилактика наркомании и алкоголизма: учебное пособие.- 4-е изд.- М.: Академия, 2008.- 176с.
- 15) Скворцов В.В. Основы сестринского дела.- Ростов н/Д: Феникс, 2008.- 358с.
- 16) Сопина З.Е., Фомушкина И.А. Управление качеством сестринской помощи: учебное пособие для медицинских училищ и колледжей.- М.: ГЭОТАР-Медиа, 2011.- 176 с., ил
- 17) Тен Е.Е. Основы медицинских знаний: учебник.- 4-е изд.- М.: Академия, 2008.- 256с.
- 18) Туманян Г.С. Здоровый образ жизни и физическое совершенствование: учебное пособие для студ. вузов.-3-е изд., стер.-М.:Академия,2009.- 336 с.

- 19) Хачикян Х.К. Алкоголизм излечим!.- Ростов н/Д: Феникс, 2005.- 288с.
- 20) Центр коммуникативных программ. Университет имени Джонса Хопкина. Основы контрацепции. 2002.

***Интернет ресурсы:***

1. Учебные материалы [.http://t3301.narod.ru/uch/01.html](http://t3301.narod.ru/uch/01.html)
2. Электронные медицинские книги <http://www.medliter.ru/>
3. Электронная медицинская библиотека <http://formedik.narod.ru/index.htm>
4. Электронные медицинские книги  
<http://www.medliter.ru/>  
<http://www.webmedinfo.ru/library/>  
<http://formedik.narod.ru/index.html>  
<http://www.medbook.net.ru/>
5. Электронные учебники  
<http://www.bestmedbook.net>,  
<http://www.medwedi.ru>  
<http://studentam.net>
6. Основы законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан  
- <http://russianmed.ru/content>
7. Медицинский портал –  
<http://www.webmedinfo.ru>  
<http://www.medicnews.info>  
<http://www.promedall.ru>
8. Медицинские новости:  
<http://medlinks.ru>  
<http://zdorov47.ru/>

## Методические рекомендации по написанию реферата (сообщения)

Сущность и назначение реферата (сообщения) заключается в адекватном, кратком изложении, но с достаточной полнотой основного содержания текста источника, передаче проблемной информации по заданной теме.

### I. Цели и задачи рефератов (сообщений).

1. Развитие мышления студентов (умение анализировать, сопоставлять и обобщать различные точки зрения и конкретный материал, умение делать логические выводы)
2. Расширение общего кругозора студентов и углубление знаний в области данной дисциплины;
3. Формирование умений реферирования;
4. Формирование базисных умений научной работы (исследовательские методы, самостоятельное нахождение научного материала в библиографических отделах, с помощью справочников и т.п., составление списка использованной литературы, оформление ссылок и т.п.)
5. Овладение основами научной письменной речи.

### II. Требования к реферату (сообщению):

1. Реферат (сообщение) должен быть подготовлен по теме в соответствии с программой дисциплины.
2. Реферат (сообщение) должен содержать обоснование выбора темы, раскрытие сути проблемы на основе изучения литературы по теме (не менее 3-х произведений), выводы, к которым пришел автор в результате изучения литературы.

### III. Методика работы над рефератом (сообщением).

1. Выбор темы осуществляется в соответствии с программой дисциплины, на основе перечня предложенных тем.
2. Приступая к подготовке реферата (сообщения), помните, что ваша главная цель – глубоко осмыслить материал по теме реферата, объективно и корректно изложить положения авторов текстов источников и сформулировать собственное отношение к изложенному.
3. Подберите литературу по теме. Внимательно прочитайте и проанализируйте выбранные источники: вычлените наиболее важную проблематику по избранной теме, сущность точек зрения авторов и

излагаемых ими подходов. Выпишите основные положения, которые могут составить содержание вашего реферата (сообщения).

4. Сравните информацию изученных источников, определите общее и различия, выберите базовый источник, где тема, на ваш взгляд, изложена наиболее полно.
5. Составьте план. Он должен включать в себя следующие разделы:
  - а) Введение (представление темы): -  
цель и задачи реферата (сообщения);  
- актуальность рассматриваемой проблемы;
  - б) Основная часть (аналитическое изложение рассматриваемой проблемы):  
- формулировка вопросов темы (как правило, не более 3-х); -  
письменное изложение содержания рассматриваемых вопросов;
  - в) Заключение (выводы, которые должны быть сделаны автором по исследованным текстовым источникам, и мнение автора по рассмотренным вопросам реферата);
  - г) Библиография (список литературы, использованной при написании работы, с указанием исходных данных).

#### IV. Структура и объем.

Структура реферата (сообщения): титульный лист, план, введение, основная часть, выводы, список использованной литературы.

Объем реферата составляет 10-15 машинописных, или набранных на компьютере страниц (шрифт №14, через 1,5 интервала).

Объем сообщения: 5-7 страниц.

#### V. Оформление.

- а) Титульный лист, который оформляется по представленному ниже образцу.
- б) План (с указанием страниц разделов).
- в) Введение.
- г) Текстовое изложение главной части, в соответствии с вопросами плана.
- д) Заключение.
- е) Иллюстративный материал (таблицы, графики, рисунки (лучше давать по тексту)). Приложения (в виде схем) приводятся в конце работы.
- ж) Список использованной литературы дается на отдельных страницах (странице) после текстового изложения материала. Он должен быть

оформлен в соответствии со стандартами, регламентирующими библиографическое описание произведений печати.

2. Нумерация страниц реферата должна быть сквозной (титульный лист не нумеруется, нумерация страниц начинается со второй страницы).
3. Текстовое расположение материала должно быть на стандартных листах (поле слева – 3 см, верхнее и нижнее поле не менее 2 см).

#### VI. Оценка.

по 5-ти бальной системе, которая включает все компоненты требований по подготовке, написанию и оформлению работы; При проверке работы преподавателем оцениваются:

1. Знания и умения на уровне требований стандарта конкретной дисциплины: знание фактического материала, усвоение общих представлений, понятий, идей.
2. Характеристика реализации цели и задач исследования (новизна и актуальность представленных в реферате проблем, правильность формулирования цели, определения задач исследования, правильность выбора методов решения задач и реализации цели; соответствие выводов решаемым задачам, поставленной цели, убедительности выводов).
3. Степень обоснованности аргументов и обобщений (полнота, глубина, всесторонность раскрытия темы, логичность и последовательность изложения материала, конкретность аргументации и системы доказательств, характер и достоверность примеров, иллюстрированного материала, широта кругозора автора, наличие знаний интегрированного характера, способность к общению).
4. Качество и ценность полученных результатов (степень завершенности реферативного исследования, спорность или однозначность выводов).
5. Использование литературных источников.
6. Культура письменного изложения материала.
7. Оформление работы в соответствии с требованиями.

## Методические рекомендации по подготовке электронной презентации

1. Прежде, чем приступить к работе над презентацией, следует добиться полного понимания того, о чем вы собираетесь рассказать.
2. Провести разбивку материала на небольшие смысловые части. Каждый слайд должен иметь заголовок.
3. Определить возрастные особенности аудитории, для которой будет составлена презентация.
4. Подобрать для каждой смысловой части соответствующие рисунки, фотографии, звуко- и видеофайлы.
5. 1-й слайд – название работы, автор, группа, учреждение.
6. 2-й слайд – цель работы.
7. Не использовать яркие цвета: один слайд – три цвета максимум. Нет красному тексту!
8. В презентации не должно быть ничего лишнего. Каждый слайд должен представлять собой необходимое звено повествования и работать на общую идею презентации.
9. В презентации использовать один шрифт и гарнитуру (размер 28-44).
10. Не стоит заполнять один слайд слишком большим объемом информации: люди могут одновременно запомнить не более трех фактов, выводов, определений.
11. Наибольшая эффективность достигается тогда, когда ключевые пункты отображаются по одному на каждом отдельном слайде (один слайд – одна мысль).
12. Использовать сжатый, информационный стиль изложения материала (минимум текста на экране 3-5 строк).
13. Продолжительность презентации должна составлять не более 20-30 минут (показ одного слайда около 1 минуты). Это составляет примерно 20-25 слайдов.



