


Министерство здравоохранения Республики Татарстан  
Государственное автономное профессиональное образовательное  
учреждение  
«Зеленодольский медицинский колледж»


УТВЕРЖДАЮ  
Зам.директора по учебно-воспитательной работе  
  
Фатыхова И.Д.  
«31» августа 2024 г.

**Программа  
промежуточной аттестации студентов**

**ОП.07 Здоровый человек и его окружение**  
Специальность 31.02.01 Лечебное дело

**ИТОГОВАЯ КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА**

Рассмотрена и одобрена  
на заседании ЦМК ОПД

«31» августа 2024 г.  
Председатель ЦМК  
 Шигапова Э.Х.

2024 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт.
2. Задания (вопросы на ИК).
3. Пакет преподавателя-экзаменатора:
  - 3.1. Условия.
  - 3.2. Критерии оценки.

### 1. ПАСПОРТ.

#### НАЗНАЧЕНИЕ:

Контрольно-оценочные средства предназначены для контроля и оценки результатов освоения учебной дисциплины ОП. 07 Здоровый человек и его окружение Специальность: 31.02.01 Лечебное дело

#### ОБЩИЕ КОМПЕТЕНЦИИ:

ОК 01.	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;
ОК 02.	Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;
ОК 03.	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях;
ОК 04.	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;
ОК 05.	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке РФ с учетом особенностей социального и культурного контекста;
ОК 06.	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения;
ОК 07.	Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;
ОК 08.	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;
ОК 09.	Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

При изучении дисциплины происходит освоение:  
*общих компетенций:*

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях;

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке РФ с учетом особенностей социального и культурного контекста;

*Профессиональных компетенций:*

ПК 4.1. Участвовать в организации и проведении диспансеризации населения фельдшерского участка различных возрастных групп и с различными заболеваниями.

ПК 4.2. Проводить санитарно-гигиеническое просвещение населения.

ПК 4.3. Осуществлять иммунопрофилактическую деятельность.

ПК 4.4. Организовывать среду, отвечающую действующим санитарным правилам и нормам.

ПК 6.5. Вести учетно-отчетную медицинскую документацию при осуществлении всех видов первичной медико-санитарной помощи и при чрезвычайных ситуациях, в том числе в электронной форме.

ПК 6.6. Использовать медицинские информационные системы и информационно-телекоммуникационную сеть "Интернет" в работе.

*Личностные результаты:*

ЛР 1. Осознающий себя гражданином России и защитником Отечества, выражающий свою российскую идентичность в поликультурном и многоконфессиональном российском обществе и современном мировом сообществе. Сознующий свое единство с народом России, с Российским государством, демонстрирующий ответственность за развитие страны. Проявляющий готовность к защите Родины, способный аргументировано отстаивать суверенитет и достоинство народа России, сохранять и защищать историческую правду о Российском государстве.

ЛР 2. Проявляющий активную гражданскую позицию на основе уважения закона и правопорядка, прав и свобод сограждан, уважения к историческому и культурному наследию России. Осознанно и деятельно выражающий неприятие дискриминации в обществе по социальным, национальным, религиозным признакам; экстремизма, терроризма, коррупции, антигосударственной деятельности. Обладающий опытом гражданской социально значимой деятельности (в студенческом самоуправлении, добровольчестве, экологических, природоохранных, военно-патриотических и др. объединениях, акциях, программах). Принимающий роль избирателя и участника общественных отношений, связанных с взаимодействием с народными избранниками.

ЛР 3. Демонстрирующий приверженность традиционным духовно-нравственным ценностям, культуре народов России, принципам честности, порядочности, открытости. Действующий и оценивающий свое поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиций традиционных российских духовно-нравственных, социокультурных ценностей и норм с учетом осознания последствий поступков. Готовый к деловому взаимодействию и неформальному общению с представителями разных народов, национальностей, вероисповеданий, отличающий их от участников групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие социально опасного поведения окружающих и предупреждающий его. Проявляющий уважение к людям старшего поколения, готовность к участию в социальной поддержке нуждающихся в ней.

ЛР 4. Проявляющий и демонстрирующий уважение к труду человека, осознающий ценность собственного труда и труда других людей. Экономически активный, ориентированный на осознанный выбор сферы профессиональной деятельности с учетом личных жизненных планов, потребностей своей семьи, российского общества. Выражающий осознанную готовность к получению профессионального образования, к непрерывному образованию в течение жизни Демонстрирующий позитивное отношение к регулированию трудовых отношений. Ориентированный на самообразование и профессиональную переподготовку в условиях смены технологического уклада и сопутствующих социальных перемен. Стремящийся к формированию в сетевой среде лично и профессионально конструктивного «цифрового следа».

ЛР 6. Ориентированный на профессиональные достижения, деятельно выражающий познавательные интересы с учетом своих способностей, образовательного и профессионального маршрута, выбранной квалификации.

ЛР 7. Осознающий и деятельно выражающий приоритетную ценность каждой человеческой жизни, уважающий достоинство личности каждого человека, собственную и чужую уникальность, свободу мировоззренческого выбора, самоопределения. Проявляющий бережливое и чуткое отношение к религиозной принадлежности каждого человека, предупредительный в отношении выражения прав и законных интересов других людей.

ЛР 8. Проявляющий и демонстрирующий уважение законных интересов и прав представителей различных этнокультурных, социальных, конфессиональных групп в российском обществе; национального достоинства, религиозных убеждений с учётом соблюдения необходимости обеспечения конституционных прав и свобод граждан. Понимающий и деятельно выражающий ценность межрелигиозного и межнационального согласия людей, граждан, народов в России. Выражающий сопричастность к преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства, включенный в общественные инициативы, направленные на их сохранение.

ЛР 9. Сознательный ценность жизни, здоровья и безопасности. Соблюдающий и пропагандирующий здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, физическая активность), демонстрирующий стремление к физическому совершенствованию. Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек и опасных склонностей (курение, употребление

алкоголя, наркотиков, психоактивных веществ, азартных игр, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе, в том числе в цифровой среде.

ЛР 11. Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры. Критически оценивающий и деятельно проявляющий понимание эмоционального воздействия искусства, его влияния на душевное состояние и поведение людей. Бережливо относящийся к культуре как средству коммуникации и самовыражения в обществе, выражающий сопричастность к нравственным нормам, традициям в искусстве. Ориентированный на собственное самовыражение в разных видах искусства, художественном творчестве с учётом российских традиционных духовно-нравственных ценностей, эстетическом обустройстве собственного быта. Разделяющий ценности отечественного и мирового художественного наследия, роли народных традиций и народного творчества в искусстве. Выражающий ценностное отношение к технической и промышленной эстетике.

ЛР 12. Принимающий российские традиционные семейные ценности. Ориентированный на создание устойчивой многодетной семьи, понимание брака как союза мужчины и женщины для создания семьи, рождения и воспитания детей, неприятия насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания.

Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные отраслевыми требованиями к деловым качествам личности.

ЛР 13. Демонстрирующий готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения в профессиональной деятельности.

ЛР 14. Соблюдающий врачебную тайну, принципы медицинской этики в работе с пациентами, их законными представителями и коллегами.

ЛР 15. Соблюдающий программы государственных гарантий бесплатного оказания гражданам медицинской помощи, нормативные правовые акты в сфере охраны здоровья граждан, регулирующие медицинскую деятельность.

ЛР 17. Проявляющий сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности.

ЛР 18. Умеющий выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.

ЛР 19. Осуществляющий поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.

ЛР 21. Способный использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.

ЛР 22. Умеющий пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

ЛР 24. Способный планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.

Код	Планируемые результаты освоения дисциплины
-----	--

формы руемых компет енций	Метапредметные результаты
MP 1- MP 57	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Самостоятельно формулировать и актуализировать проблему, рассматривать ее всесторонне.</li> <li>– Устанавливать существенный признак или основания для сравнения, классификации и обобщения.</li> <li>– Определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения.</li> <li>– Выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых явлениях.</li> <li>– Вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности.</li> <li>– Развивать креативное мышление при решении жизненных проблем.</li> <li>– Владеть навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем.</li> <li>– Способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания.</li> <li>– Овладение видами деятельности по получению нового знания, его интерпретации, преобразованию и применению в различных учебных ситуациях, в том числе при создании учебных и социальных проектов.</li> <li>– Формирование научного типа мышления, владение научной терминологией, ключевыми понятиями и методами.</li> <li>– Ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях.</li> <li>– Выявлять причинно-следственные связи и актуализировать задачу, выдвигать гипотезу ее решения, находить аргументы для доказательства своих утверждений, задавать параметры и критерии решения.</li> <li>– Анализировать полученные в ходе решения задачи результаты, критически оценивать их достоверность, прогнозировать изменение в новых условиях.</li> <li>– Давать оценку новым ситуациям, оценивать приобретенный опыт.</li> <li>– Разрабатывать план решения проблемы с учетом анализа имеющихся материальных и нематериальных ресурсов.</li> <li>– Осуществлять целенаправленный поиск переноса средств и способов действия в профессиональную среду.</li> <li>– Уметь переносить знания в познавательную и практическую области жизнедеятельности.</li> <li>– Уметь интегрировать знания из разных предметных областей.</li> <li>– Выдвигать новые идеи, предлагать оригинальные подходы и решения.</li> <li>– Ставить проблемы и задачи, допускающие альтернативные решения.</li> <li>– Владеть навыками получения информации из источников разных типов, самостоятельно осуществлять поиск, анализ, систематизацию и интерпретацию информации различных видов и форм представления.</li> <li>– Создавать тексты в различных форматах с учетом назначения информации и целевой аудитории, выбирая оптимальную форму представления и визуализации.</li> <li>– Оценивать достоверность, легитимность информации, ее соответствие правовым и морально-этическим нормам.</li> <li>– Использовать средства информационных и коммуникационных технологий в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности.</li> <li>– Владеть навыками распознавания и защиты информации, информационной безопасности личности.</li> <li>– Осуществлять коммуникации во всех сферах жизни.</li> <li>– Распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и смягчать конфликты.</li> <li>– Владеть различными способами общения и взаимодействия.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Аргументированно вести диалог, уметь смягчать конфликтные ситуации.</li> <li>– Развернуто и логично излагать свою точку зрения с использованием языковых средств.</li> <li>– Понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы.</li> <li>– Выбирать тематику и методы совместных действий с учетом общих интересов и возможностей каждого члена коллектива.</li> <li>– Принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по ее достижению: составлять план действий, распределять роли с учетом мнений участников, обсуждать результаты совместной работы.</li> <li>– Оценивать качество своего вклада и каждого участника команды в общий результат по разработанным критериям.</li> <li>– Предлагать новые проекты, оценивать идеи с позиции новизны, оригинальности, практической значимости.</li> <li>– Координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия.</li> <li>– Осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях, проявлять творчество и воображение, быть инициативным.</li> <li>– Самостоятельно осуществлять познавательную деятельность, выявлять проблемы, ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях.</li> <li>– Самостоятельно составлять план решения проблемы с учетом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений.</li> <li>– Давать оценку новым ситуациям.</li> <li>– Расширять рамки учебного предмета на основе личных предпочтений.</li> <li>– Делать осознанный выбор, аргументировать его, брать ответственность за решение.</li> <li>– Оценивать приобретенный опыт.</li> <li>– Способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний, постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень.</li> <li>– Давать оценку новым ситуациям, вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям.</li> <li>– Владеть навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований.</li> <li>– Использовать приемы рефлексии для оценки ситуации, выбора верного решения.</li> <li>– Уметь оценивать риски и своевременно принимать решения по их снижению.</li> <li>– Самосознания, включающего способность понимать свое эмоциональное состояние, видеть направления развития собственной эмоциональной сферы, быть уверенным в себе.</li> <li>– Саморегулирования, включающего самоконтроль, умение принимать ответственность за свое поведение, способность адаптироваться к эмоциональным изменениям и проявлять гибкость, быть открытым новому.</li> <li>– Внутренней мотивации, включающей стремление к достижению цели и успеху, оптимизм, инициативность, умение действовать, исходя из своих возможностей.</li> <li>– Эмпатии, включающей способность понимать эмоциональное состояние других, учитывать его при осуществлении коммуникации, способность к сочувствию и сопереживанию.</li> <li>– Социальных навыков, включающих способность выстраивать отношения с другими людьми, заботиться, проявлять интерес и разрешать конфликты.</li> <li>– Принимать себя, понимая свои недостатки и достоинства.</li> <li>– Принимать мотивы и аргументы других людей при анализе результатов деятельности.</li> <li>– Признавать свое право и право других людей на ошибки.</li> <li>– Развивать способность понимать мир с позиции другого человека.</li> </ul>
--	--

## 2. ЗАДАНИЯ (вопросы на итоговую контрольную работу)

*Вопросы для заданий по вариантам (включенных в билеты):*

<i><b>Вопрос</b></i>	<i><b>Эталон ответа</b></i>
<b>1 вариант</b>	
1. Что такое здоровье, по определению ВОЗ?	Ответ: Здоровье - это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.
2. Назовите основные компоненты здорового образа жизни.	Ответ: Основными компонентами здорового образа жизни являются: рациональное питание, оптимальная двигательная активность, отсутствие вредных привычек, психическое здоровье, личная гигиена.
3. Какие основные факторы влияют на здоровье человека?	Ответ: Основными факторами, влияющими на здоровье человека, являются: образ жизни, окружающая среда, биологические факторы, система здравоохранения.
4. Перечислите основные периоды онтогенетического развития человека.	Ответ: Основные периоды онтогенетического развития человека: внутриутробный, новорожденность, грудной (младенческий), преддошкольный (ранний детский), дошкольный, школьный, подростковый, юношеский, зрелый, пожилой.
5. Что такое адаптация? Назовите ее виды.	Ответ: Адаптация - это процесс приспособления организма к изменяющимся условиям среды. Виды адаптации: физиологическая, психологическая и социальная.
6. Что понимается под термином "профилактика"? Приведите примеры первичной, вторичной и третичной профилактики.	<p>Ответ: Профилактика - это система мер, направленных на предупреждение заболеваний и их осложнений. Примеры:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Первичная профилактика: вакцинация, соблюдение правил гигиены.</li> <li>- Вторичная профилактика: ранняя диагностика и лечение заболеваний.</li> <li>- Третичная профилактика: реабилитация, предупреждение осложнений.</li> </ul>
7. Какие правила рационального питания вы знаете?	Ответ: Правила рационального питания: соблюдение режима, сбалансированность рациона, употребление разнообразных продуктов, соблюдение калорийности, умеренность в еде.
8. Охарактеризуйте принципы организации питания в различные возрастные периоды.	<p>Ответ: Принципы питания в различные возрастные периоды:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Младенческий: грудное вскармливание, адаптированные смеси.</li> <li>- Детский: высокая калорийность, богатство витаминами и минералами.</li> <li>- Подростковый: повышенная потребность в белках, минералах, витаминах.</li> </ul>



	<p>- Взрослый: сбалансированность, умеренность, снижение калорийности.</p> <p>- Пожилой: щадящий режим, обогащение продуктами.</p>
9. Что такое активный и пассивный образ жизни? Влияние на здоровье.	<p>Ответ: Активный образ жизни характеризуется высокой физической и двигательной активностью, что положительно влияет на здоровье. Пассивный образ жизни, напротив, предполагает низкую двигательную активность, что вредит здоровью.</p>
10. Назовите основные показатели физического развития человека.	<p>Ответ: Основные показатели физического развития: рост, вес, окружность грудной клетки, жизненная емкость легких, динамометрия, артериальное давление.</p>
<b>2 вариант</b>	
1. Дайте определение понятия "образ жизни".	<p>Ответ: Образ жизни - это устойчивый способ жизнедеятельности человека, характеризующийся его трудовой деятельностью, бытом, формами использования свободного времени, удовлетворения материальных и духовных потребностей, участия в общественной жизни</p>
2. Перечислите основные компоненты здорового образа жизни.	<p>Ответ: Основными компонентами здорового образа жизни являются: рациональное питание, оптимальная двигательная активность, отсутствие вредных привычек, психическое здоровье, личная гигиена</p>
3. Что такое окружающая среда и какие ее основные компоненты влияют на здоровье человека?	<p>Ответ: Окружающая среда - это совокупность природных, социальных и техногенных факторов, влияющих на жизнь и здоровье человека. Основные компоненты окружающей среды, влияющие на здоровье: воздух, вода, почва, продукты питания, социальные условия</p>
4. Что такое адаптация? Назовите ее механизмы.	<p>Ответ: Адаптация - это процесс приспособления организма к изменяющимся условиям среды. Механизмы адаптации: физиологические (изменение функций организма), биохимические (изменение обмена веществ), морфологические (изменение структуры организма)</p>
5. Перечислите основные принципы рационального питания.	<p>Ответ: Основные принципы рационального питания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Сбалансированность по основным пищевым веществам</li> <li>- Адекватность энергетической ценности рациона</li> <li>- Режимность</li> <li>- Разнообразие продуктов</li> <li>- Безопасность и гигиеничность</li> <li>- Учет индивидуальных особенностей</li> </ul>
6. Какие особенности питания	<p>Ответ: Особенности питания в возрастных</p>

характерны для различных возрастных групп?	<p>группах:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Младенческий возраст: грудное вскармливание, адаптированные смеси</li> <li>- Детский возраст: повышенная потребность в белках, витаминах, минералах</li> <li>- Подростковый возраст: высокая потребность в белках, энергии, макро- и микронутриентах</li> <li>- Взрослый возраст: сбалансированность, умеренность, снижение калорийности</li> <li>- Пожилой возраст: щадящий режим, обогащение продуктами</li> </ul>
7. Состав и основная функция околоплодных вод?	<p>Ответ: Состав околоплодных вод меняется в процессе беременности. В начале они содержат в основном белки, а к концу беременности - мочевины, электролиты, углеводы.</p> <p>Околоплодные воды выполняют важные функции: защитную, питательную, терморегуляторную для плода.</p>
8. Назовите основные показатели физического развития человека и методы их оценки.	<p>Ответ: Основные показатели физического развития:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Рост (метод антропометрии)</li> <li>- Вес (метод антропометрии)</li> <li>- Окружность грудной клетки (метод антропометрии)</li> <li>- Жизненная емкость легких (метод спирометрии)</li> <li>- Динамометрия (метод динамометрии)</li> <li>- Артериальное давление (метод сфигмоманометрии)</li> </ul>
9. Перечислите основные циклы, протекающие в репродуктивной системе женского организма.	<p>Ответ: менструальный, маточный, яичниковый</p>
10. Перечислите основные женские гормоны, отвечающие за регуляцию половой функции	<p>Ответ: Эстроген, прогестерон</p>
<b>3 вариант</b>	
1. Что является основной движущей силой в родовой деятельности?	<p>Ответ: Схватки, потуги</p>
2. Как протекает период имплантации плодного яйца?	<p>Ответ: Имплантация начинается примерно на 6-7 день после оплодотворения. Плодное яйцо, состоящее из бластоцисты, начинает прикрепляться к слизистой оболочке матки.</p> <p>2. На 7-8 день происходит полная имплантация плодного яйца в слизистую оболочку матки. Трофобласт (наружный слой бластоцисты) врастает в эндометрий, разрушая его клетки.</p> <p>3. Процесс имплантации сопровождается незначительными кровотечениями, которые могут проявляться как небольшие мажущие выделения розового или коричневатого цвета.</p>

	<p>Это так называемые «имплантационные кровотечения».</p> <p>4. После полной имплантации плодное яйцо погружается в толщу эндометрия, и со стороны слизистой оболочки над ним образуется decidua (отпадающая оболочка).</p> <p>5. К 10-12 дню после оплодотворения происходит полная имплантация плодного яйца в стенку матки. К этому времени формируется трофобласт, из которого в дальнейшем разовьется плацента.</p>
3. Какие основные проблемы периода новорожденности	<p>Ответ: 1. Адаптация к внеутробной жизни:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Необходимость обеспечения теплового баланса</li> <li>- Перестройка кровообращения</li> <li>- Установление дыхания</li> <li>- Начало самостоятельного питания</li> </ul> <p>2. Незрелость физиологических функций:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Несовершенство механизмов теморегуляции</li> <li>- Несовершенство функций сердечно-сосудистой системы</li> <li>- Незрелость дыхательной системы</li> <li>- Несовершенство пищеварительной системы</li> </ul> <p>3. Повышенная чувствительность к неблагоприятным воздействиям:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Риск развития инфекционных заболеваний</li> <li>- Склонность к нарушениям водно-электролитного и белкового обмена</li> <li>- Высокая чувствительность к лекарственным препаратам</li> </ul> <p>4. Повышенные потребности в питательных веществах:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Высокая потребность в белках, витаминах, минералах</li> <li>- Необходимость обеспечения адекватного питания</li> </ul> <p>5. Незрелость нервной системы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Несовершенство высших нервных функций</li> <li>- Склонность к нарушениям сна, питания, терморегуляции</li> </ul>
4. Какие основные теории старения организма ты знаешь?	<p>Ответ: 1. Генно-регуляторные теории:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Теория запрограммированного старения. Согласно ей, старение обусловлено наследственными факторами, запускающими процессы, ведущие к изменениям и повреждениям клеток и тканей.</li> </ul> <p>2. Теория повреждения ДНК. Предполагает, что в результате воздействия различных повреждающих факторов происходят изменения в ДНК, что ведет к нарушению функций клеток и органов.</p> <p>3. мутационная теория старения является</p>

	<p>одной из генно-регуляторных теорий старения. Основные положения мутационной теории старения: старение обусловлено накоплением в клетках соматических мутаций в генах, контролирующих синтез белков, необходимых для нормального функционирования клетки.</p>
<p>5. Как формируются околоплодные воды?</p>	<p>Ответ: 1. Первичные околоплодные воды образуются на 2-3 неделе беременности. Они представляют собой выпот материнской крови, просачивающийся через стенку бластоцисты.</p> <p>2. Начиная с 4-й недели, околоплодные воды начинают секретироваться эмбриональными тканями. Основными источниками их образования являются:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Амниотическая оболочка</li> <li>- Мочевая система плода</li> <li>- Желточный мешок</li> </ul> <p>3. К 20 неделям беременности происходит значительное увеличение объема околоплодных вод в результате интенсивной секреции и уменьшения их всасывания.</p> <p>4. Максимального объема околоплодные воды достигают к 34-36 неделям беременности, составляя в среднем 800-1000 мл.</p>
<p>6. Какие во время беременности в организме женщины происходят основные физиологические изменения?</p>	<p>Ответ: 1. Изменения со стороны репродуктивной системы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Увеличение размеров матки, яичников, влагалища</li> <li>- Формирование плаценты и околоплодных вод</li> <li>- Изменения в менструальном цикле</li> </ul> <p>2. Изменения со стороны сердечно-сосудистой системы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Увеличение сердечного выброса</li> <li>- Расширение кровеносных сосудов</li> <li>- Снижение артериального давления</li> </ul> <p>3. Изменения со стороны дыхательной системы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Увеличение дыхательного объема</li> <li>- Повышение потребности в кислороде</li> </ul> <p>4. Изменения со стороны желудочно-кишечного тракта:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Нарушение аппетита, изменение вкусовых предпочтений</li> <li>- Запоры, изжога, тошнота, рвота</li> </ul> <p>5. Изменения со стороны обмена веществ:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Увеличение потребности в питательных веществах</li> <li>- Изменения в липидном, белковом, углеводном обмене</li> </ul>

	<p>6. Изменения со стороны нервной системы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Эмоциональная лабильность</li> <li>- Повышенная чувствительность к внешним раздражителям</li> </ul> <p>7. Изменения со стороны опорно-двигательного аппарата:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Увеличение массы тела</li> <li>- Расслабление связок и суставов</li> </ul>
7. Что такое пограничное -транзиторное состояние новорожденных, дай понятие	<p>Ответ: Пограничные-транзиторные состояния новорожденных - это временные физиологические изменения, развивающиеся в организме новорожденного в период адаптации к внеутробной жизни.</p> <p>Основные характеристики пограничных-транзиторных состояний новорожденных:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Они являются неизбежными и неопасными для здоровья ребенка процессами.</li> <li>2. Возникают в первые дни и недели жизни новорожденного в связи с перестройкой функционирования всех органов и систем после рождения.</li> <li>3. Проявляются различными преходящими симптомами, которые самостоятельно купируются по мере адаптации организма.</li> <li>4. Не требуют специального лечения, но нуждаются в динамическом наблюдении медицинских работников.</li> <li>5. Примеры пограничных-транзиторных состояний: физиологическая желтуха, транзиторная лихорадка, мочекислый инфаркт почек, гормональный криз, физиологический катар и др.</li> </ol>
8. Юношеский период, дайте краткую характеристику	<p>Ответ: Юношеский период (18-21 год) - это важный этап в развитии человека, характеризующийся следующими особенностями:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Интенсивное физическое и половое развитие: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Завершение процессов полового созревания</li> <li>- Интенсивный рост и изменение пропорций тела</li> <li>- Активизация эндокринной системы</li> </ul> </li> <li>2. Психологические изменения: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Становление самосознания и личностной идентичности</li> <li>- Поиск смысла жизни, формирование мировоззрения</li> <li>- Эмоциональная неустойчивость, повышенная ранимость</li> </ul> </li> <li>3. Социальное развитие: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Усвоение новых социальных ролей и норм</li> <li>- Стремление к независимости от родителей</li> </ul> </li> </ol>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Активное общение со сверстниками</li> </ul> <p>4. Когнитивное развитие:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Формирование абстрактного, теоретического мышления</li> <li>- Способность к самостоятельному принятию решений</li> <li>- Осознание собственных интересов и ценностей</li> </ul> <p>В этот период происходит интенсивное становление личности, выбор жизненного пути, определение перспектив дальнейшего развития. Юноши и девушки ищут свое место в обществе, самоопределяются в профессии и межличностных отношениях.</p> <p>Успешное прохождение этого этапа развития является важной предпосылкой для дальнейшего личностного роста и самореализации человека.</p>
9. Как протекает 1 фаза родов	<p>Ответ: Первая фаза родовой деятельности - это фаза раскрытия шейки матки, которая состоит из следующих этапов:</p> <p>Начало родовой деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Регулярные, равномерно нарастающие по силе схватки</li> <li>- Раскрытие шейки матки до 3-4 см</li> </ul> <p>Период нарастания родовой деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Увеличение частоты, продолжительности и силы схваток</li> <li>- Раскрытие шейки матки до 7-8 см</li> </ul> <p>Период максимального раскрытия шейки матки:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Полное раскрытие шейки матки до 10 см</li> <li>- Максимальная частота, продолжительность и сила схваток</li> </ul> <p>Длительность первой фазы в среднем составляет 6-12 часов у первородящих и 3-6 часов у повторнородящих женщин.</p> <p>Основными задачами этой фазы являются:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Полное раскрытие шейки матки для прохождения плода</li> <li>- Создание необходимых сил для продвижения плода по родовому каналу</li> </ul>
10. Основные этапы подготовки ребенка в детский сад	<p>Ответ: Существует несколько основных этапов подготовки ребенка к поступлению в детский сад:</p> <p>1. Информационный этап:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Рассказать ребенку о детском саде, его режиме дня, правилах, воспитателях</li> <li>- Ответить на все вопросы ребенка и развеять его страхи</li> </ul> <p>2. Адаптационный этап:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Постепенное привыкание ребенка к новой</li> </ul>

	<p>обстановке и режиму</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Знакомство с воспитателями и другими детьми</li> <li>- Помощь ребенку в установлении контактов и освоении новой социальной роли</li> </ul> <p>3. Эмоционально-поведенческий этап:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Формирование положительного отношения ребенка к детскому саду</li> <li>- Развитие самостоятельности, уверенности в себе, коммуникативных навыков</li> <li>- Отработка навыков самообслуживания и культуры поведения</li> </ul> <p>4. Познавательный этап:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Развитие интеллектуальных способностей ребенка</li> <li>- Расширение кругозора, обогащение словарного запаса</li> <li>- Подготовка к восприятию учебной программы детского сада</li> </ul> <p>5. Медицинская подготовка (мед.осмотр, вакцинация)</p> <p>Важно начинать подготовку ребенка заранее, не менее чем за 1-2 месяца до поступления в детский сад. Это позволит сделать адаптацию более плавной и эффективной.</p>
<b>4 вариант</b>	
1. Перечисли, дай характеристику основным фазам родов	<p>Ответ: Основные фазы родов включают в себя:</p> <p>1. Первая фаза - фаза раскрытия шейки матки:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Предвестники родов</li> <li>- Начало родовой деятельности</li> <li>- Период нарастания родовой деятельности</li> <li>- Период максимального раскрытия шейки матки</li> </ul> <p>2. Вторая фаза - фаза изгнания плода:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Появление потуг</li> <li>- Продвижение предлежащей части плода по родовому каналу</li> <li>- Рождение ребенка</li> </ul> <p>3. Третья фаза - последовый период:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Отделение и изгнание последа (плаценты и плодных оболочек)</li> <li>- Сокращение матки, остановка кровотечения</li> </ul> <p>4. Четвертая фаза - раннее послеродовое период:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Наблюдение за состоянием родильницы и новорожденного</li> <li>- Оценка кровопотери, сокращение матки</li> <li>- Восстановление организма родильницы</li> </ul> <p>Каждая из этих фаз характеризуется определенными физиологическими изменениями в организме женщины, которые</p>

	<p>протекают в определенной последовательности. Правильное течение всех фаз родов является необходимым условием для успешного родоразрешения.</p>
<p>2. Дай краткую характеристику АФО в преддошкольном периоде.</p>	<p>Ответ: Преддошкольный период от года до 3-х лет характеризуется следующими особенностями анатомо-физиологического развития ребенка:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Физическое развитие: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Интенсивный рост и развитие всех органов и систем</li> <li>- Увеличение массы и длины тела, окружности головы</li> <li>- Совершенствование двигательных навыков и координации</li> </ul> </li> <li>2. Нервная система: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Продолжающееся формирование и созревание головного мозга</li> <li>- Развитие высших психических функций, восприятия, памяти</li> <li>- Усложнение процессов возбуждения и торможения</li> </ul> </li> <li>3. Опорно-двигательный аппарат: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Окостенение скелета, формирование осанки</li> <li>- Развитие крупной и мелкой моторики, координации движений</li> <li>- Становление ведущей роли правой или левой руки</li> </ul> </li> <li>4. Сенсорное развитие: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Совершенствование зрительного, слухового, тактильного восприятия</li> <li>- Развитие ориентации в пространстве и времени</li> <li>- Формирование сенсорных эталонов</li> </ul> </li> <li>5. Речевое развитие: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Интенсивное развитие понимания и активной речи</li> <li>- Обогащение словарного запаса, совершенствование грамматики</li> <li>- Переход от однословных предложений к развернутым</li> </ul> </li> <li>6. Социально-психологическое развитие: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Развитие самосознания и самооценки</li> <li>- Активизация общения со взрослыми и сверстниками</li> <li>- Формирование элементарных игровых навыков</li> </ul> </li> </ol> <p>Данный возрастной период характеризуется бурным психофизиологическим развитием ребенка, закладывающим основы для дальнейшего формирования личности.</p>
<p>3. Недоношенный новорожденный, дай</p>	<p>Ответ: Недоношенный новорожденный</p>



<p>характеристику</p>	<p>ребенок - это малыш, родившийся до 37 недели беременности. Такие дети характеризуются следующими особенностями:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Физическое развитие: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Низкая масса тела (менее 2500 г) и рост (менее 47 см)</li> <li>- Незрелость органов и систем организма</li> <li>- Повышенная уязвимость к инфекциям и осложнениям</li> </ul> </li> <li>2. Нервная система: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Недостаточная функция центральной нервной системы</li> <li>- Слабость сосательного, глотательного, кашлевого рефлексов</li> <li>- Повышенная возбудимость или, наоборот, заторможенность</li> </ul> </li> <li>3. Дыхательная система: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Незрелость легких и дыхательной мускулатуры</li> <li>- Склонность к развитию респираторных нарушений</li> <li>- Необходимость в кислородной поддержке</li> </ul> </li> <li>4. Сердечно-сосудистая система: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Слабость сердечной мышцы и сосудистого тонуса</li> <li>- Риск развития сердечно-сосудистых осложнений</li> <li>- Необходимость в мониторинге и лечении</li> </ul> </li> <li>5. Обмен веществ: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Нарушения терморегуляции и водно-электролитного обмена</li> <li>- Склонность к гипогликемии, желтухе, анемии</li> <li>- Потребность в специализированном питании</li> </ul> </li> </ol> <p>Такие дети требуют тщательного динамического наблюдения, профилактических и лечебных мероприятий в условиях специализированных отделений для новорожденных.</p>
<p>4. Внутриутробный период, дай краткую характеристику</p>	<p>Ответ: Внутриутробный период развития ребенка (от зачатия до рождения) характеризуется следующими особенностями анатомо-физиологического развития:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Эмбриональный период (до 12 недель беременности): <ul style="list-style-type: none"> <li>- Оплодотворение яйцеклетки и образование зиготы</li> <li>- Быстрое деление клеток и формирование зародыша</li> <li>- Закладка и дифференцировка основных органов и систем</li> </ul> </li> <li>2. Плодный период (с 12 недели до рождения):</li> </ol>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Интенсивный рост и развитие всех органов и тканей</li> <li>- Формирование и созревание различных систем организма</li> <li>- Увеличение размеров и массы плода</li> </ul> <p>Основные особенности этого периода:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Высокая чувствительность и уязвимость плода к различным неблагоприятным факторам</li> <li>- Важность правильного питания, режима, отсутствия вредных привычек у матери</li> <li>- Последовательность становления различных органов и функций организма плода</li> <li>- Тесная взаимосвязь между состоянием матери и развитием ребенка</li> </ul> <p>Правильное течение внутриутробного периода является фундаментом для дальнейшего нормального физического и психического развития ребенка после рождения.</p>
5. Виды вскармливания детей грудного возраста?	<p>Ответ: 1. Грудное вскармливание:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Наиболее естественный и физиологичный вид питания для ребенка</li> <li>- Обеспечивает полноценное развитие и здоровье малыша</li> <li>- Способствует укреплению эмоциональной связи между матерью и ребенком</li> </ul> <p>2. Искусственное вскармливание:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Осуществляется при невозможности или нежелании матери кормить грудью</li> <li>- Основано на кормлении ребенка специальными молочными смесями</li> <li>- Требуется тщательного соблюдения режима, дозировки и гигиены</li> </ul> <p>3. Смешанное вскармливание:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Сочетание грудного молока и молочных смесей</li> <li>- Применяется при недостаточном грудном вскармливании</li> <li>- Позволяет максимально использовать возможности грудного молока</li> </ul> <p>Независимо от вида вскармливания, необходимо учитывать потребности и особенности развития каждого конкретного ребенка, обеспечивая полноценное и сбалансированное питание. Только врач педиатр определяет оптимальный вид и режим вскармливания в каждом индивидуальном случае.</p>
6. Перечисли элементы ухода за доношенным новорожденным и дай им характеристику	<p>Ответ: Основные элементы ухода за доношенным новорожденным ребенком:</p> <p>1. Обеспечение оптимального температурного режима:</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Сохранение тепла, исключение перегрева или переохлаждения</li> <li>- Поддержание температуры тела в пределах 36,5-37,5°C</li> </ul> <p>2. Организация правильного питания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Поддержка и стимуляция грудного вскармливания</li> <li>- Контроль объема, частоты и техники кормления</li> </ul> <p>3. Соблюдение гигиены:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Своевременное и правильное проведение гигиенических процедур</li> <li>- Обработка пупочной ранки, слизистых, кожных покровов</li> </ul> <p>4. Регулярное наблюдение за состоянием ребенка:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Оценка показателей жизнедеятельности (пульс, дыхание, температура)</li> <li>- Своевременное выявление и коррекция отклонений в состоянии здоровья</li> </ul> <p>5. Создание комфортной окружающей среды:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Минимизация внешних раздражителей (свет, шум)</li> <li>- Обеспечение спокойного, размеренного режима дня</li> </ul> <p>6. Организация безопасности:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Использование безопасного инвентаря и оборудования</li> <li>- Профилактика травм и несчастных случаев</li> </ul> <p>Соблюдение всех элементов ухода способствует нормальному физическому и психическому развитию доношенного новорожденного, профилактике заболеваний и укреплению здоровья малыша.</p> <p>Гигиенический уход за новорожденным ребенком включает в себя следующие основные процедуры:</p> <p>1. Умывание:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ежедневно протирать лицо малыша влажным ватным тампоном или салфеткой</li> <li>- Особое внимание уделять очистке век, носа, ушных раковин</li> <li>- Использовать только детские специальные средства</li> </ul> <p>2. Подмывание:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- После каждого акта дефекации и по мере загрязнения</li> <li>- Осторожно, без растирания, промывать наружные половые органы</li> <li>- Применять детское мыло или специальные очищающие средства</li> </ul> <p>3. Обработка пупочной ранки:</p>
--	---

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ежедневно обрабатывать пупочную ранку антисептическими растворами</li> <li>- Следить за чистотой и правильным уходом до полного заживления</li> </ul> <p>4. Гигиена глаз:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Протирать закрытые веки малыша от наружных уголков к внутренним</li> <li>- Использовать стерильные ватные шарики, смоченные кипяченой водой</li> </ul> <p>5. Гигиена ушей:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Очищать ушные раковины снаружи с помощью мягкой ткани</li> <li>- Не использовать ватные палочки во избежание травмирования</li> </ul> <p>Весь гигиенический уход должен осуществляться максимально аккуратно и деликатно, без применения грубых манипуляций.</p>
7. Особенности ухода за пожилыми, дайте рекомендации	<p>Ответ: Уход за пожилыми людьми включает в себя следующие основные аспекты:</p> <p>1. Создание безопасной и комфортной среды:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Организация безбарьерного пространства в доме</li> <li>- Обеспечение необходимым оборудованием и техническими средствами</li> <li>- Поддержание оптимального температурного, светового и шумового режима</li> </ul> <p>2. Помощь в выполнении повседневных задач:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Содействие в самообслуживании (гигиена, одевание, прием пищи)</li> <li>- Оказание помощи в приготовлении пищи, уборке, стирке</li> <li>- Сопровождение при прогулках и походах по магазинам</li> </ul> <p>3. Организация рационального режима дня:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Соблюдение оптимального баланса между активностью и отдыхом</li> <li>- Обеспечение полноценного сна и питания</li> <li>- Стимуляция физической и умственной деятельности</li> </ul> <p>4. Профилактика осложнений и заболеваний:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Регулярное наблюдение состояния здоровья</li> <li>- Своевременное распознавание и лечение болезней</li> <li>- Проведение реабилитационных и оздоровительных мероприятий</li> </ul> <p>5. Психосоциальная поддержка:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Создание доброжелательной атмосферы, эмпатия и внимание</li> <li>- Вовлечение в социальную жизнь, общение с близкими</li> <li>- Помощь в организации досуга, хобби и</li> </ul>

	<p>увлечений</p> <p>Комплексный и индивидуальный подход в уходе за пожилыми людьми способствует сохранению их физического и психического здоровья, повышению качества жизни.</p> <p>Особенности медицинского ухода и фармакотерапии у пожилых пациентов:</p> <p>1. Сестринский уход:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Повышенное внимание к профилактике пролежней, падений, обезвоживания</li> <li>- Помощь в соблюдении личной гигиены, одевании, приеме пищи</li> <li>- Наблюдение за изменениями в состоянии пациента и своевременное реагирование</li> <li>- Привлечение родственников, волонтеров к уходу и социальной адаптации</li> <li>- Создание безопасной и комфортной среды с учетом возрастных особенностей</li> </ul> <p>2. Особенности фармакотерапии:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Снижение функции печени, почек, замедление метаболизма лекарств</li> <li>- Повышенная чувствительность к побочным эффектам препаратов</li> <li>- Риск лекарственных взаимодействий при полипрагмазии (прием множества лекарств)</li> <li>- Необходимость подбора дозировок с учетом возрастных изменений (с малых доз)</li> <li>- Использование препаратов с минимальными седативными, холино- и антихолинергическими эффектами</li> </ul> <p>3. Контроль фармакотерапии:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Мониторинг жизненно важных показателей (АД, ЧСС, диурез)</li> <li>- Своевременное выявление и купирование побочных реакций</li> <li>- Обучение пациента и его родственников правилам приема лекарств</li> <li>- Организация безопасного хранения и рационального использования препаратов</li> <li>- Взаимодействие с врачом для корректировки схем лечения</li> </ul> <p>Комплексный подход медсестры к фармакотерапии и уходу за пожилыми пациентами позволяет снизить риски осложнений и повысить эффективность лечения.</p>
8. Основные этапы сперматогенеза у мужчин	<p>Ответ: Сперматогенез - это процесс образования и развития мужских половых клеток - сперматозоидов. Этот процесс происходит в семенных канальцах яичек.</p> <p>Основные этапы сперматогенеза:</p> <p>1. Размножение сперматогоний:</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Сперматогонии - это стволовые клетки, расположенные на базальной мембране семенных канальцев.</li> <li>- Под действием гормонов (ФСГ, тестостерон) они делятся митотически, обеспечивая пополнение популяции мужских половых клеток.</li> </ul> <p>2. Мейотическое деление сперматоцитов:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Сперматоциты первого порядка образуются из сперматогоний.</li> <li>- В процессе двух последовательных мейотических делений сперматоциты превращаются в сперматиды.</li> </ul> <p>3. Морфологическая трансформация сперматид:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Сперматиды, образовавшиеся в результате мейоза, подвергаются сложным структурным изменениям.</li> <li>- В ходе этого процесса формируются морфологически зрелые сперматозоиды.</li> </ul> <p>4. Высвобождение сперматозоидов (спермиация):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Зрелые сперматозоиды отделяются от поддерживающих клеток и попадают в просвет семенных канальцев.</li> <li>- Таким образом, сперматозоиды становятся способными к оплодотворению яйцеклетки.</li> </ul> <p>Весь цикл сперматогенеза у человека занимает около 64 дней. Ежедневно в яичках образуется около 200-400 млн сперматозоидов.</p>
9. Течение климактерического периода у женщины	<p>Ответ: Климактерический период у женщин - это постепенный переход от репродуктивного возраста к старости, характеризующийся постепенным снижением функции яичников.</p> <p>Основные фазы климактерического периода:</p> <p>1. Пременопауза:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Начинается за 3-5 лет до наступления менопаузы.</li> <li>- Характеризуется нерегулярностью менструального цикла, перепадами гормонального фона.</li> <li>- Могут наблюдаться приливы жара, повышенная потливость, эмоциональная лабильность.</li> </ul> <p>2. Менопауза:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Это полное прекращение менструаций, длящееся 12 месяцев.</li> <li>- Связано с истощением фолликулярного аппарата яичников и снижением уровня эстрогенов.</li> <li>- Типичные симптомы: приливы жара, потливость, головные боли, нарушения сна,</li> </ul>

	<p>сухость слизистых.</p> <p>3. Постменопауза:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Период после 12 месяцев от последней менструации.</li> <li>- Характеризуется стабилизацией гормонального фона на низком уровне.</li> <li>- Возможны проблемы с сердечно-сосудистой системой, опорно-двигательным аппаратом, мочеполовой сферой.</li> </ul> <p>Течение климактерического периода у каждой женщины индивидуально и зависит от многих факторов, в том числе от общего состояния здоровья. Важна своевременная диагностика и коррекция гормональных и сопутствующих нарушений.</p>
10. Что такое менархе?	<p>Ответ: менархе - это наступление первой менструации у девушки, которое знаменует начало ее репродуктивного периода.</p> <p>Основные характеристики менархе:</p> <p>1. Возраст наступления:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- В большинстве случаев менархе происходит в период 11-15 лет.</li> <li>- Средний возраст наступления менархе в развитых странах - 12-13 лет.</li> <li>- Более раннее (до 10 лет) или позднее (после 16 лет) наступление менархе может быть признаком патологии.</li> </ul> <p>2. Факторы, влияющие на возраст менархе:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Генетическая предрасположенность</li> <li>- Общее состояние здоровья и физическое развитие девочки</li> <li>- Социально-экономический статус семьи</li> <li>- Климатические и географические условия</li> </ul> <p>3. Значение менархе:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Служит маркером полового созревания и становления репродуктивной функции.</li> <li>- Указывает на готовность организма к зачатию и вынашиванию беременности.</li> <li>- Определяет начало наблюдения девочки у гинеколога.</li> </ul> <p>Правильная оценка возраста наступления менархе позволяет своевременно выявить и скорректировать возможные нарушения полового развития.</p>

### 3. ПАКЕТ ДОКУМЕНТОВ НА ИК:

#### 3.1. УСЛОВИЯ

Время выполнения задания – 45 мин.

Билеты: контрольные вопросы по вариантам.

Оборудование: (Приложение №1).

Литература: (Приложение 2).

### 3.3. КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ

#### **Формы контроля за результатами освоения программы.**

Формами отчетности являются презентации, доклады и т.д.

Предусматривается организация учебного процесса в двух взаимосвязанных и взаимодополняющих формах:

- урочная форма, в которой преподаватель объясняет новый материал и консультирует учащихся в процессе выполнения ими практических заданий;
- внеурочная форма, в которой учащиеся после уроков выполняют на компьютере практические задания для самостоятельного выполнения.

В течение изучения дисциплины осуществляется текущий и итоговый контроль за усвоением материала.

**Текущий контроль** осуществляется после изучения отдельных частей содержания курса и его теоретической и практической частей (цель контроля: качество усвоения теории и практических навыков) и оценивается отметками «2», «3», «4» или «5». Оценки выставляются по следующим критериям:

«5»: материал понят обучающимся, излагается им в собственной интерпретации и сопровождается иллюстрациями и примерами; обучающиеся самостоятельно формулируют выводы и анализируют содержание проектов.

«4»: материал обучающимися усвоен формально, но воспроизводится в целом без ошибок; используются заимствованные иллюстрации и примеры; формулирует выводы и осуществляет анализ с помощью преподавателя и по наводящим вопросам.

«3»: материал усвоен фрагментарно; отвечает на простые вопросы репродуктивного характера; участвует в диалоге с преподавателем при обсуждении учебного материала.

«2»: материал не усвоен в полном объеме; в учебной деятельности на уроке не участвует.

#### **Оценка итоговой контрольной работы**

По итогам представленной письменной контрольной работы выставляется оценка по дисциплине.

- полное, последовательное, самостоятельное изложение теоретического материала; утверждения аргументированы, что демонстрирует знание предмета в целом и в частности; ответы показывают наличие логического и клинического мышления; все определения сформулированы правильно, ответ полные, всесторонние, раскрывают определения и суть вопроса – оценка «5»;

- знание материала в пределах учебной программы полное, однако при его изложении периодически возникает необходимость наводящих вопросов; не все



высказываемые положения обосновываются; имеются неточности в формулировке 2-х определений – оценка «4»;

- не полностью изложен учебный материал на вопросы; изложение непоследовательное, возможно только после наводящих вопросов педагога: неправильно сформулированы 3 (три) понятия или определения, ответы не полные, суть вопроса раскрыта частично – оценка «3»;

- отсутствие знаний на вопрос в целом, при устном ответе неполные единичные ответы на наводящие вопросы; допущены ошибки в формулировке определений и терминов, показано незнание большей части определений, суть вопроса не раскрыта, либо ответ отсутствует – оценка «2».

### Критерии оценивания по уровню сформированности метапредметных навыков

Критерии оценивания	Ниже базового уровня (отметка «1», «2»)	Базовый уровень (отметка «3»)	Выше базового (отметка «4», «5»)
<b>1.Способность к самостоятельно му приобретению знаний и решение проблем</b>	<p>Работа в целом свидетельствует о низкой способности самостоятельно ставить проблему и находить пути ее решения; не продемонстрирована способность приобретать новые знания и/или осваивать новые способы действий, достигать более глубокого понимания изученного.</p> <p>Нет не одного верного ответа «1».</p>	<p>Работа в целом свидетельствует о способности самостоятельно с опорой на помощь руководителя ставить проблему и находить пути ее решения; продемонстрирована способность приобретать новые знания и/или осваивать новые способы действий, достигать более глубокого понимания изученного материала</p>	<p>Работа в целом свидетельствует о способности самостоятельно ставить проблему и находить пути ее решения; продемонстрировано хорошее владение логическими операциями, навыками критического мышления, умение самостоятельно мыслить; продемонстрирована способность на этой основе приобретать новые знания и/или осваивать новые способы действий, достигать более глубокого понимания проблемы.</p> <p>Данный уровень оценивается отметкой «4»</p> <p>Работа свидетельствует о способности самостоятельно ставить проблему и находить пути ее решения; продемонстрировано свободное владение логическими операциями, навыками критического мышления, умение самостоятельно мыслить; продемонстрирована повышенная способность на этой основе приобретать новые знания и/или осваивать новые способы действий, достигать более глубокого понимания проблемы.</p> <p>Данный уровень оценивается отметкой «5»</p>
<b>2.Сформированность предметных знаний и способов действий</b>	<p>Ученик плохо понимает содержание выполненной работы. В работе и в ответах на вопросы по содержанию работы наблюдаются грубые ошибки.</p> <p>Нет не одного правильного ответа «1».</p>	<p>Продemonстрировано понимание содержания выполненной работы. В работе и в ответах на вопросы по содержанию работы отсутствуют грубые ошибки</p>	<p>Продemonстрировано хорошее владение предметом. Присутствуют незначительные ошибки. Данный уровень оценивается отметкой «4»</p> <p>Продemonстрировано свободное владение предметом. Ошибки отсутствуют. Данный уровень оценивается отметкой «5»</p>
<b>3.Сформированность регулятивных</b>	<p>На низком уровне продемонстрированы навыки определения темы и</p>	<p>Работа доведена до конца и представлена преподавателю, но при этом отсутствуют</p>	<p>Работа хорошо выполнена и последовательно реализована, своевременно пройдены большинство этапов обсуждения и представления, имеются не</p>

действий	<p>планирования работы. Работа не доведена до конца и представлена комиссии в незавершенном виде; большинство этапов выполнялись под контролем и при поддержке руководителя. Элементы самооценки и самоконтроля учащегося отсутствуют.</p> <p>Нет не одного верного ответа «1».</p>	отдельные элементы самооценки и самоконтроля учащегося	<p>значительные неточности. Данный уровень оценивается отметкой «4».</p> <p>Работа тщательно спланирована и последовательно реализована, своевременно пройдены все необходимые этапы обсуждения и представления. Данный уровень оценивается отметкой «5».</p>
<p>Разработчик:</p> <p>ГАПОУ «Зеленодольский медицинский колледж»,</p> <p>Митцель Каролина Петровна, преподаватель</p>			



**Мебель, оснащение и стационарное учебное оборудование:**

- стол для преподавателя;
- столы для студентов;
- стул для преподавателя;
- стулья для студентов;
- шкаф книжный;
- шкафы для хранения учебно-методических комплексов и дидактических материалов;
- классная доска;
- информационный стенд для студента;
- ноутбук;
- экран;
- мультимедийный проектор;

**Учебно-методическая документация:**

- учебно-программная документация;
- учебно-методические комплексы и дидактический материал по разделам и темам дисциплины;
- нормативная документация;
- учебная и справочная литература;
- материалы для проведения контрольных работ и итоговой аттестации.

## Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

### **Обязательные печатные издания.**

Кучма, В. Р. Здоровый человек и его окружение : учебник / В. Р. Кучма, О. В. Сивочалова. - 5-е изд., испр. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 560 с. : ил. - DOI : - 560 с. - ISBN 978-5-9704-5684-2. - Текст : непосредственный

### **Основные электронные издания.**

Ушакова, Ф. И. Сестринский уход за здоровым новорожденным / Ф. И. Ушакова. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 168 с. : ил. - 168 с. - ISBN 978-5-9704-6172-3. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL :

<https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970461723.html>

Кучма, В. Р. Здоровый человек и его окружение : учебник / В. Р. Кучма, О. В. Сивочалова. - 5-е изд., испр. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 560 с. : ил. - DOI : 10.33029/9704-5217-2-ZDC-2019-1-560. - 560 с. - ISBN 978-5-9704-5684-2. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970456842.html> (дата обращения: 02.03.2023). - Режим доступа : по подписке.

Ушакова, Ф. И. Сестринский уход за здоровым новорожденным / Ушакова Ф. И. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 168 с. - ISBN 978-5-9704-5048-2. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL :

<https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970450482.html> (дата обращения: 02.03.2023). - Режим доступа : по подписке.

Сединкина, Р. Г. Сестринский уход за пациентами пожилого возраста : учебник / Р. Г. Сединкина. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2022. - 608 с. : ил. - 608 с. - ISBN 978-5-9704-6788-6. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970467886.html> (дата обращения: 03.03.2023). - Режим доступа : по подписке.

Иванова, Н. В. Первичная медико-санитарная помощь детям (ранний возраст) : учебное пособие / Н. В. Иванова [и др.]. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 240 с. : ил. - 240 с. - ISBN 978-5-9704-5743-6. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970457436.html>

Игнатова, Л. Ф. Первичная медико-санитарная помощь детям. Дошкольный и школьный возраст : учебное пособие / Л. Ф. Игнатова, В. В. Стан, Н. В. Иванова и др. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, . - 312 с. - ISBN 978-5-9704-5590-6. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970455906.html>

Назарова, И. Б. Репродуктивное здоровье и планирование семьи / И. Б. Назарова, И. Г. Шембелев. - 5-е изд., стер. - Санкт-Петербург : Лань, 2022. - 280 с. - ISBN 978-5-507-45226-2. - Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. - URL: <https://e.lanbook.com/book/262493> (дата обращения: 03.03.2023). - Режим доступа: для авториз. пользователей.

Морозов, М. А. Здоровый человек и его окружение. Здоровьесберегающие технологии : учебное пособие для спо / М. А. Морозов. - 3-е изд., стер. - Санкт-Петербург : Лань, 2021. - 372 с. - ISBN 978-5-8114-8315-0. - Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. - URL: <https://e.lanbook.com/book/174994> (дата обращения: 03.03.2023). - Режим доступа: для авториз. пользователей.

Курбатова, У. Б. Здоровый ребенок : учебное пособие для спо / У. Б. Курбатова. - 2-е изд., стер. - Санкт-Петербург : Лань, 2021. - 168 с. - ISBN 978-5-8114-6850-8. - Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. - URL: <https://e.lanbook.com/book/152646> (дата обращения: 03.03.2023). - Режим доступа: для авториз. пользователей.

#### ***Дополнительные источники.***

Российская Федерация. Законы. Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации Федеральный закон № 323-ФЗ от 21 ноября 2011 года [Принят Государственной Думой 1 ноября 2011 года, Одобрен Советом Федерации 9 ноября 2011 года]. – URL: <https://base.garant.ru/12191967/> Режим доступа: ГАРАНТ.РУ: информационно-правовой портал - Текст: электронный

Российская Федерация. Законы. О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения Федеральный закон № 52-ФЗ от 30.03.1999 [Принят Государственной Думой 12 марта 1999 года, Одобрен Советом Федерации 17 марта 1999 года ]. – URL: <https://base.garant.ru/12115118/> - Режим доступа: ГАРАНТ.РУ: информационно-правовой портал - Текст: электронный

Российская Федерация. Законы. Об иммунопрофилактике инфекционных болезней Федеральный закон № 157-ФЗ от 17.09.1998 [Принят Государственной Думой 17 июля 1998 года, Одобрен Советом Федерации 4 сентября 1998 года]. – URL: <https://base.garant.ru/12113020/> - Режим доступа : ГАРАНТ.РУ: информационно-правовой портал: [сайт]. – Текст: электронный

О Стратегии развития здравоохранения в Российской Федерации на период до 2025 года : Указ Президента Российской Федерации от 6 июня 2019 г. N 254 – URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/72164534/> Режим доступа: ГАРАНТ.РУ: информационно-правовой портал - Текст: электронный

Об утверждении Порядка организации и осуществления профилактики неинфекционных заболеваний и проведения мероприятий по формированию здорового образа жизни в медицинских организациях : Приказ Министерства здравоохранения РФ от 29.10.2020 № 1177н - URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/74898637/> - Режим доступа : ГАРАНТ.РУ: информационно-правовой портал: [сайт]. – Текст: электронный

Об утверждении Стратегии формирования здорового образа жизни населения, профилактики и контроля неинфекционных заболеваний на период до 2025 года : Приказ Министерства здравоохранения РФ от 15.01.2020 N 8 – URL: <https://base.garant.ru/72158122/>- Режим доступа : ГАРАНТ.РУ: информационно-правовой портал: [сайт]. – Текст: электронный

Профилактика хронических неинфекционных заболеваний в Российской Федерации. Национальное руководство 2022. Кардиоваскулярная терапия и профилактика. 2022;21(4):3235. doi:10.15829/1728-8800-2022-3235. EDN DNBVAT Текст: электронный // org.gnicpm.ru [сайт]. – URL:<https://org.gnicpm.ru/wp-content/uploads/2022/05/profilaktika-hronicheskikh-neinfekczionnyh-zabolevanij-v-rossijskoj.pdf>

Кильдиярова, Р. Р. Детские болезни : учебник / под ред. Кильдияровой Р. Р. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 800 с. - ISBN 978-5-9704-5964-5. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970459645.html>

Шарочева, М. А. Технологии выполнения простых медицинских услуг. Манипуляции сестринского ухода / Шарочева М. А. , Тихомирова В. А. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 368 с. - ISBN 978-5-9704-5158-8. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970451588.html> (дата обращения: 03.03.2023). - Режим доступа: по подписке.