
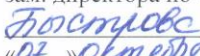


МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
РЕСПУБЛИКИ КОМИ
государственное профессиональное образовательное учреждение
«Ухтинский медицинский колледж»

РАССМОТРЕНО
Цикловой методической комиссией
клинических дисциплин
Председатель ЦМК
 И.В. Гартман
« 07 » октября 2016 г.

УТВЕРЖДАЮ
зам. директора по УР
 И.В. Быстрова
« 07 » октября 2016 г.

**Методические указания для обучающихся по
выполнению внеаудиторной самостоятельной работы**

ПМ 01. «Проведение профилактических мероприятий»

**МДК 01.01 Здоровый человек и его окружение Раздел: Сохранение
здоровья лиц пожилого и старческого возраста.**

34.02.01 «Сестринское дело»

ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОЧНОЙ ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ

Подготовила преподаватель:
Юрова Елена Анатольевна

Ухта 2016 г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

№	Тема самостоятельной работы	Стр.
1	Введение	4
2	Виды самостоятельной работы и формы отчетности и контроля	5
3	Самостоятельная работа №1.	6-7
4	Самостоятельная работа №2.	8-9
5	Самостоятельная работа №3.	10-11
6	Самостоятельная работа №4.	12-13
7	Самостоятельная работа №5.	14-15
8	Самостоятельная работа №6.	16-17
9	Самостоятельная работа №7.	18-19

ВВЕДЕНИЕ

УВАЖАЕМЫЙ СТУДЕНТ!

Методические указания по выполнению самостоятельных работ по профессиональному модулю: ПМ 01. «Проведение профилактических мероприятий» МДК 01.01 Здоровый человек и его окружение Раздел: Сохранение здоровья лиц пожилого и старческого возраста созданы Вам в помощь для работы во внеурочное время.

Приступая к выполнению самостоятельной работы, Вы должны внимательно прочитать цель, задачи. Все задания необходимо выполнять в соответствии с инструкцией.

Каждая самостоятельная работа оценивается преподавателем в соответствии с представленными в указаниях критериями. Также оценивается полнота раскрытия темы, грамотность и логичность изложения материала, оформление, творческий подход к работе, а также своевременность сдачи работы.

Наличие положительной оценки (отметки о выполнении) каждого вида самостоятельной работы необходимо для получения зачета по профессиональному модулю: Участие в ПМ 01. «Проведение профилактических мероприятий» МДК 01.01 Здоровый человек и его окружение Раздел: Сохранение здоровья лиц пожилого и старческого возраста и допуска к экзамену, поэтому в случае невыполнения работы по любой причине или получения неудовлетворительной оценки за самостоятельную работу Вы должны найти время для ее выполнения или пересдачи.

Внимание! Если в процессе выполнения заданий для самостоятельной работы возникают вопросы, разрешить которые Вам не удастся, необходимо обратиться к преподавателю для получения разъяснений.

Желаем Вам успехов!!!

ВИДЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ И ФОРМЫ ОТЧЕТНОСТИ И КОНТРОЛЯ

Радел/Тема	Вид самостоятельной работы	Кол-во часов	Форма отчетности и контроля
Тема 1.1.(теория) История науки о старении.	1. Изучить конспект лекций. Ответить на вопросы.	1	выполнение и сдача в устной форме.
Тема 1.2.(теория) Физиология старения.	1.Изучить конспект лекций. Ответить на вопросы.	0,5	выполнение и сдача в устной форме.
Тема 1.2.(теория) Физиология старения.	1. Изучить конспект лекций. Ответить на вопросы.	0,5	выполнение и сдача в устной форме.
Тема 1.3.(теория) Гериатрические центры-центры лечения и ухода, диагностики и профилактики.	1. Изучить конспект лекций. Ответить на вопросы.	1	выполнение и сдача в устной и письменной форме.
Тема 1.4.(теория) Образ жизни пожилых, направленный на сохранение высокой жизненной активности.	1. Изучить конспект лекций. Ответить на вопросы.	1	выполнение и сдача в устной и письменной форме.
Тема 1.5.(теория) Особенности питания пожилых людей.	1. Изучить конспект лекций. Ответить на вопросы.	1	выполнение и сдача в устной и письменной форме.
Тема 1.1.(практика) Обобщение всех тем.	1. Изучить конспект лекций. Ответить на вопросы. 2. Подготовка сообщений. 3. Составление тестов с одним правильным ответом 20 вопросов.	4	выполнение и сдача в устной и письменной форме.

Тема 1.1 (теория): История науки о старении.

Самостоятельная работа №1:

Учебная цель:

- обобщение, закрепление и углубление знаний, полученных студентами на аудиторных занятиях с преподавателями;
- развитие зрительной и ассоциативной памяти,
- воспитание умения организовать свою самостоятельную работу.

Учебные задачи:

СТУДЕНТ ДОЛЖЕН ЗНАТЬ:

- Понятие «геронтология», «старение», «старость»;
- Классификацию возрастов;
- Виды и теории старения;
- Календарный и биологический возраст;
- Медико-демографические и социально-гигиенические аспекты постарения населения;
- Обобщение опыта разных эпох о вопросах старения организма.

Задания для самостоятельной работы:

1. Изучить конспект лекций. Ответить на вопросы.

Инструкция по выполнению самостоятельной работы:

Методические рекомендации при работе над конспектом лекции.

Целью данного вида работы является: Расширение кругозора и закрепление знаний студентов.

Общие рекомендации:

Проработать конспект лекций;

Прочитать основную и дополнительную литературу, рекомендованную по изучаемому разделу ;

При затруднениях сформулировать вопросы к преподавателю.

Ответить на вопросы:

- Перечислить теории старения;
- Перечислить закономерности процессов старения;
- Объяснить современное понимание сущности процесса старения;
- Объяснить главные проявления типов старения;
- Назвать Общие принципы сдерживания старения.

Форма контроля и критерии оценки

Работа проверяется в устной форме.

Оценка результатов устного опроса проводится по 5балльной системе.

- отметка "5" ставится, если обучающийся полно и последовательно изложил изученный материал, обнаруживает осознанное понимание материала, самостоятельно выделяет закономерности, находит причинно-следственные связи.
- отметка "4" ставится, если ответ удовлетворяет тем же требованиям, что и для отметки "5", но допускает 1-2 ошибки и 1-2 недочета;
- отметка "3" ставится, если обучающийся обнаруживает знание и понимание основных положений, но изложил материал неполно и непоследовательно и

допускает неточности, не достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения;

- отметка "2" ставится, если обучающийся обнаруживает незнание большей части вопроса, допустил ошибки в формулировках, искажающих их смысл, беспорядочно, бессистемно и неуверенно излагал материал;

Список рекомендуемой литературы:

Основные источники:

Здоровый человек и его окружение (электронный ресурс): Учебник. В.Р.Кучма, О.В.Сивочалова.- 4-е изд, испр. и доп. – М.:ГЭОТАР – Медиа,2015.

Дополнительные источники:

1.Кучма В.Р., Серова В.Н. Этапы жизнедеятельности человека и медицинские услуги в разные возрастные периоды.- М.:АСАДЕМА, 2002г.

2. Журавлева Т.П., Пронина Н.А. Сестринское дело в гериатрии [Текст]. – М.: АНМИ, 2005. – 438с. ISBN 5-88897-088-3

3. Филатова С.А., Безденежная Л.П., Андреева Л.С. Геронтология.- Ростов-на Дону: «Феникс»,2005.

4. Галкин Р.А., Котельников Г.П., Яковлев О.Г., Захарова Н.О. Пожилой пациент.- Самара, 1999г.

Тема 1.2 (теория): Физиология старения.

Самостоятельная работа №2.

Учебная цель:

- обобщение, закрепление и углубление знаний, полученных студентами на аудиторных занятиях с преподавателями;
- развитие зрительной и ассоциативной памяти,
- воспитание умения организовать свою самостоятельную работу.

Учебные задачи:

СТУДЕНТ ДОЛЖЕН ЗНАТЬ:

- Обмен веществ и старение;
- Типичные изменения ряда физиологических показателей организма;
- Старение основных систем организма.

Задания для самостоятельной работы:

1. Изучить конспект лекций. Ответить на вопросы.

Инструкция по выполнению самостоятельной работы:

Методические рекомендации при работе над конспектом лекции.

Целью данного вида работы является: Расширение кругозора и закрепление знаний студентов.

Общие рекомендации:

Проработать конспект лекций;

Прочитать основную и дополнительную литературу, рекомендованную по изучаемому разделу ;

При затруднениях сформулировать вопросы к преподавателю.

Ответить на вопросы:

- Указать взаимосвязь обмена веществ и старения;
- Назвать типичные изменения ряда физиологических показателей организма;
- Как происходит старение основных систем организма. Возрастные особенности пищеварительной системы.

Форма контроля и критерии оценки

Работа проверяется в устной форме.

Оценка результатов устного опроса проводится по 5балльной системе.

- отметка "5" ставится, если обучающийся полно и последовательно изложил изученный материал, обнаруживает осознанное понимание материала, самостоятельно выделяет закономерности, находит причинно-следственные связи.
- отметка "4" ставится, если ответ удовлетворяет тем же требованиям, что и для отметки "5", но допускает 1-2 ошибки и 1-2 недочета;
- отметка "3" ставится, если обучающийся обнаруживает знание и понимание основных положений, но изложил материал неполно и непоследовательно и допускает неточности, не достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения;
- отметка "2" ставится, если обучающийся обнаруживает незнание большей части вопроса, допустил ошибки в формулировках, искажающих их смысл, беспорядочно, бессистемно и неуверенно излагал материал;

Список рекомендуемой литературы:

Основные источники:

Здоровый человек и его окружение (электронный ресурс): Учебник. В.Р.Кучма, О.В.Сивочалова.- 4-е изд, испр. и доп. – М.:ГЭОТАР – Медиа,2015.

Дополнительные источники:

1.Кучма В.Р., Серова В.Н. Этапы жизнедеятельности человека и медицинские услуги в разные возрастные периоды.- М.:АСАДЕМА, 2002г.

2. Журавлева Т.П., Пронина Н.А. Сестринское дело в гериатрии [Текст]. – М.: АНМИ, 2005. – 438с. ISBN 5-88897-088-3

3. Филатова С.А., Безденежная Л.П., Андреева Л.С. Геронтология.- Ростов-на Дону: «Феникс»,2005.

4. Галкин Р.А., Котельников Г.П., Яковлев О.Г., Захарова Н.О. Пожилой пациент.- Самара, 1999г.

Тема 1.3 (теория): Физиология старения.

Самостоятельная работа №3:

Учебная цель:

- обобщение, закрепление и углубление знаний, полученных студентами на аудиторных занятиях с преподавателями;
- развитие зрительной и ассоциативной памяти,
- воспитание умения организовать свою самостоятельную работу.

Учебные задачи:

СТУДЕНТ ДОЛЖЕН ЗНАТЬ:

- Изменение высшей нервной деятельности;
- Изменения психической деятельности;
- Изменения в органах чувств;
- Изменения эндокринной регуляции;
- Изменения желез внутренней секреции.

Задания для самостоятельной работы:

1. Изучить конспект лекций. Ответить на вопросы.

Инструкция по выполнению самостоятельной работы:

Методические рекомендации при работе над конспектом лекции.

Целью данного вида работы является: Расширение кругозора и закрепление знаний студентов.

Общие рекомендации:

Проработать конспект лекций;

Прочитать основную и дополнительную литературу, рекомендованную по изучаемому разделу ;

При затруднениях сформулировать вопросы к преподавателю.

Ответить на вопросы:

- Назвать изменения высшей нервной деятельности;
- Назвать изменения психической деятельности;
- Назвать изменения в органах чувств;
- Назвать изменения эндокринной регуляции;
- Назвать изменения желез внутренней секреции.

Форма контроля и критерии оценки

Работа проверяется в устной форме.

Оценка результатов устного опроса проводится по 5 балльной системе.

- отметка "5" ставится, если обучающийся полно и последовательно изложил изученный материал, обнаруживает осознанное понимание материала, самостоятельно выделяет закономерности, находит причинно-следственные связи.
- отметка "4" ставится, если ответ удовлетворяет тем же требованиям, что и для отметки "5", но допускает 1-2 ошибки и 1-2 недочета;
- отметка "3" ставится, если обучающийся обнаруживает знание и понимание основных положений, но изложил материал неполно и непоследовательно и

допускает неточности, не достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения;

- отметка "2" ставится, если обучающийся обнаруживает незнание большей части вопроса, допустил ошибки в формулировках, искажающих их смысл, беспорядочно, бессистемно и неуверенно излагал материал;

Список рекомендуемой литературы:

Основные источники:

Здоровый человек и его окружение (электронный ресурс): Учебник. В.Р.Кучма, О.В.Сивочалова.- 4-е изд, испр. и доп. – М.:ГЭОТАР – Медиа,2015.

Дополнительные источники:

1.Кучма В.Р., Серова В.Н. Этапы жизнедеятельности человека и медицинские услуги в разные возрастные периоды.- М.:АСАДЕМА, 2002г.

2. Журавлева Т.П., Пронина Н.А. Сестринское дело в гериатрии [Текст]. – М.: АНМИ, 2005. – 438с. ISBN 5-88897-088-3

3. Филатова С.А., Безденежная Л.П., Андреева Л.С. Геронтология.- Ростов-на Дону: «Феникс»,2005.

4. Галкин Р.А., Котельников Г.П., Яковлев О.Г., Захарова Н.О. Пожилой пациент.- Самара, 1999г.

Тема 1.4 (теория): Гериатрические центры-центры лечения и ухода, диагностики и профилактики.

Самостоятельная работа №4

Учебная цель:

- обобщение, закрепление и углубление знаний, полученных студентами на аудиторных занятиях с преподавателями;
- развитие зрительной и ассоциативной памяти,
- воспитание умения организовать свою самостоятельную работу.

Учебные задачи:

СТУДЕНТ ДОЛЖЕН ЗНАТЬ:

- Основные формы обслуживания пожилых: организации, основные формы работы, лечебные учреждения, главные структурные единицы;
- Отличия центров здоровья от лечебных учреждений;
- Функции. Виды гериатрической службы;
- Медико-социальная защита лиц пожилого возраста;
- Деятельность гериатрического кабинета;
- Социальное обслуживание: социальная помощь на дому, полустационарная социальная помощь, срочная социальная и социально-консультативная помощь, профилактические медико-оздоровительные центры.

Задания для самостоятельной работы:

1. Изучить конспект лекций. Ответить на вопросы.

Инструкция по выполнению самостоятельной работы

Методические рекомендации при работе над конспектом лекции.

Целью данного вида работы является: Расширение кругозора и закрепление знаний студентов.

Общие рекомендации:

Проработать конспект лекций;

Прочитать основную и дополнительную литературу, рекомендованную по изучаемому разделу ;

При затруднениях сформулировать вопросы к преподавателю.

Ответить на вопросы:

- Назвать основные формы обслуживания пожилых: организации, основные формы работы, лечебные учреждения, главные структурные единицы;
- Назвать экономические и социальные аспекты одиночества в старости;
- Перечислить виды социального обслуживания пожилых и старых пациентов.

Форма контроля и критерии оценки:

Работа проверяется в устной форме.

Оценка результатов устного опроса проводится по 5 балльной системе.

- отметка "5" ставится, если обучающийся полно и последовательно изложил изученный материал, обнаруживает осознанное понимание материала, самостоятельно выделяет закономерности, находит причинно-следственные связи.

- отметка "4" ставится, если ответ удовлетворяет тем же требованиям, что и для отметки "5", но допускает 1-2 ошибки и 1-2 недочета;
- отметка "3" ставится, если обучающийся обнаруживает знание и понимание основных положений, но изложил материал неполно и непоследовательно и допускает неточности, не достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения;
- отметка "2" ставится, если обучающийся обнаруживает незнание большей части вопроса, допустил ошибки в формулировках, искажающих их смысл, беспорядочно, бессистемно и неуверенно излагал материал;

Список рекомендуемой литературы:

Основные источники:

Здоровый человек и его окружение (электронный ресурс): Учебник. В.Р.Кучма, О.В.Сивочалова.- 4-е изд, испр. и доп. – М.:ГЭОТАР – Медиа,2015.

Дополнительные источники:

1.Кучма В.Р., Серова В.Н. Этапы жизнедеятельности человека и медицинские услуги в разные возрастные периоды.- М.:АСАДЕМА, 2002г.

2. Журавлева Т.П., Пронина Н.А. Сестринское дело в гериатрии [Текст]. – М.: АНМИ, 2005. – 438с. ISBN 5-88897-088-3

3. Филатова С.А., Безденежная Л.П., Андреева Л.С. Геронтология.- Ростов-на Дону: «Феникс»,2005.

4. Галкин Р.А., Котельников Г.П., Яковлев О.Г., Захарова Н.О. Пожилой пациент.- Самара, 1999г.

Тема 1.5 (теория): Образ жизни пожилых, направленный на сохранение высокой жизненной активности.

Самостоятельная работа №5

Учебная цель:

- обобщение, закрепление и углубление знаний, полученных студентами на аудиторных занятиях с преподавателями;
- развитие зрительной и ассоциативной памяти,
- воспитание умения организовать свою самостоятельную работу.

Учебные задачи:

СТУДЕНТ ДОЛЖЕН ЗНАТЬ:

- Воздействия направленные на сдерживание и обращение старения и увеличения продолжительности жизни;
- Факторы здоровья и факторы риска;
- Физические упражнения в пожилом возрасте при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, сахарном диабете, ожирении.

Задания для самостоятельной работы:

1. Изучить конспект лекций. Ответить на вопросы.

Инструкция по выполнению самостоятельной работы

Методические рекомендации при работе над конспектом лекции.

Целью данного вида работы является:Расширение кругозора и закрепление знаний студентов.

Общие рекомендации:

Проработать конспект лекций;

Прочитать основную и дополнительную литературу, рекомендованную по изучаемому разделу ;

При затруднениях сформулировать вопросы к преподавателю.

Ответить на вопросы:

- Перечислить факторы риска для человека пожилого и старческого возраста;
- Назвать пути увеличения продолжительности жизни и замедления темпов старения;
- Как оценить понимание возрастных изменений пожилого пациента;
- Назвать универсальные потребности человека в преклонном возрасте.

Форма контроля и критерии оценки:

Работа проверяется в устной форме.

Оценка результатов устного опроса проводится по 5 балльной системе.

- отметка "5" ставится, если обучающийся полно и последовательно изложил изученный материал, обнаруживает осознанное понимание материала, самостоятельно выделяет закономерности, находит причинно-следственные связи.

- отметка "4" ставится, если ответ удовлетворяет тем же требованиям, что и для отметки "5", но допускает 1-2 ошибки и 1-2 недочета;
- отметка "3" ставится, если обучающийся обнаруживает знание и понимание основных положений, но изложил материал неполно и непоследовательно и допускает неточности, не достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения;
- отметка "2" ставится, если обучающийся обнаруживает незнание большей части вопроса, допустил ошибки в формулировках, искажающих их смысл, беспорядочно, бессистемно и неуверенно излагал материал;

Список рекомендуемой литературы:

Основные источники:

Здоровый человек и его окружение (электронный ресурс): Учебник. В.Р.Кучма, О.В.Сивочалова.- 4-е изд, испр. и доп. – М.:ГЭОТАР – Медиа,2015.

Дополнительные источники:

1.Кучма В.Р., Серова В.Н. Этапы жизнедеятельности человека и медицинские услуги в разные возрастные периоды.- М.:АСАДЕМА, 2002г.

2. Журавлева Т.П., Пронина Н.А. Сестринское дело в гериатрии [Текст]. – М.: АНМИ, 2005. – 438с. ISBN 5-88897-088-3

3. Филатова С.А., Безденежная Л.П., Андреева Л.С. Геронтология.- Ростов-на Дону: «Феникс»,2005.

4. Галкин Р.А., Котельников Г.П., Яковлев О.Г., Захарова Н.О. Пожилой пациент.- Самара, 1999г.

Тема 1.6 (теория): Особенности питания пожилых людей.

Самостоятельная работа №6

Учебная цель:

- обобщение, закрепление и углубление знаний, полученных студентами на аудиторных занятиях с преподавателями;
- развитие зрительной и ассоциативной памяти,
- воспитание умения организовать свою самостоятельную работу.

Учебные задачи:

СТУДЕНТ ДОЛЖЕН ЗНАТЬ:

- Особенности геродиетики;
- Как проводить контроль массы тела;
- Пищевые добавки, витамины и травы как биостимуляторы;

Задания для самостоятельной работы:

1. Изучить конспект лекций. Ответить на вопросы.

Инструкция по выполнению самостоятельной работы

Методические рекомендации при работе над конспектом лекции.

Целью данного вида работы является: Расширение кругозора и закрепление знаний студентов.

Общие рекомендации:

Проработать конспект лекций;

Прочитать основную и дополнительную литературу, рекомендованную по изучаемому разделу ;

При затруднениях сформулировать вопросы к преподавателю.

Ответить на вопросы:

- Перечислить особенности геродиетики пожилого пациента (энергетическая сбалансированность, лечебно-профилактическая направленность, соответствие химического состава возрасту, сбалансированность рациона, щелочная направленность питания, обогащение пищи алиментарными геропротекторами);
- Перечислить основные источники витаминов для гериатрических пациентов;
- Указать режим питания для пациентов старшего возраста;

Форма контроля и критерии оценки:

Работа проверяется в устной форме.

Оценка результатов устного опроса проводится по 5 балльной системе.

- отметка "5" ставится, если обучающийся полно и последовательно изложил изученный материал, обнаруживает осознанное понимание материала, самостоятельно выделяет закономерности, находит причинно-следственные связи.
- отметка "4" ставится, если ответ удовлетворяет тем же требованиям, что и для отметки "5", но допускает 1-2 ошибки и 1-2 недочета;
- отметка "3" ставится, если обучающийся обнаруживает знание и понимание основных положений, но изложил материал неполно и непоследовательно и

допускает неточности, не достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения;

- отметка "2" ставится, если обучающийся обнаруживает незнание большей части вопроса, допустил ошибки в формулировках, искажающих их смысл, беспорядочно, бессистемно и неуверенно излагал материал;

Список рекомендуемой литературы:

Основные источники:

Здоровый человек и его окружение (электронный ресурс): Учебник. В.Р.Кучма, О.В.Сивочалова.- 4-е изд, испр. и доп. – М.:ГЭОТАР – Медиа,2015.

Дополнительные источники:

1.Кучма В.Р., Серова В.Н. Этапы жизнедеятельности человека и медицинские услуги в разные возрастные периоды.- М.:АСАДЕМА, 2002г.

2. Журавлева Т.П., Пронина Н.А. Сестринское дело в гериатрии [Текст]. – М.: АНМИ, 2005. – 438с. ISBN 5-88897-088-3

3. Филатова С.А., Безденежная Л.П., Андреева Л.С. Геронтология.- Ростов-на Дону: «Феникс»,2005.

4. Галкин Р.А., Котельников Г.П., Яковлев О.Г., Захарова Н.О. Пожилой пациент.- Самара, 1999г.

Тема1.1 (практика): Обобщение всех тем.

Самостоятельная работа №7

Учебная цель:

- обобщение, закрепление и углубление знаний, полученных студентами на аудиторных занятиях с преподавателями;
- развитие зрительной и ассоциативной памяти,
- воспитание умения организовать свою самостоятельную работу.

Учебные задачи:

СТУДЕНТ ДОЛЖЕН ЗНАТЬ:

- Историю старения организма;
- Физиологию старения,
- Структуру гериатрической службы, различные организационные формы гериатрической помощи;
- Образ жизни пожилых, направленный на сохранение высокой жизненной активности;
- Особенности питания пожилых людей.

СТУДЕНТ ДОЛЖЕН УМЕТЬ:

- Организовать эффективное общение с лицами пожилого и старческого возраста;
- Способствовать сохранению социальных контактов престарелого пациента;
- Обеспечить безопасность лиц пожилого и старческого возраста;
- Оказывать консультативную помощь по вопросам сохранения и укрепления здоровья пожилых пациентов;
- Выявлять проблемы, связанные с изменением способа удовлетворения универсальных потребностей стареющего человека.

Задания для самостоятельной работы:

- 1.Изучить конспект лекций. Ответить на вопросы.
- 2.Составить тесты по пройденным темам.
- 3.Подготовить сообщение согласно списку тем.

Форма контроля и критерии оценки:

Работа проверяется в письменной и устной форме.

Инструкция по выполнению самостоятельной работы

Методические рекомендации при работе над конспектом лекции.

Целью данного вида работы является:Расширение кругозора и закрепление знаний студентов.

Общие рекомендации:

Проработать конспект лекций;

Прочитать основную и дополнительную литературу, рекомендованную по изучаемому разделу ;

При затруднениях сформулировать вопросы к преподавателю.

Темы сообщений:

1. « Факторы здоровья и факторы риска»
2. « Воздействия направленные на сдерживание и обращение старения и увеличения продолжительности жизни»
3. « Физические упражнения в пожилом возрасте при заболеваниях ССС»
4. « Физические упражнения в пожилом возрасте при сахарном диабете»
5. « Физические упражнения в пожилом возрасте при ожирении»
6. « Общие принципы геропофилактических диет»
7. « Состав геропофилактических диет»
8. « Принципы геропофилактических диет»
9. « Пищевые добавки, витамины и травы как биостимуляторы»

Методические рекомендации при подготовке информационного сообщения.

Сообщение вид внеаудиторной самостоятельной работы по подготовке небольшого по объёму устного сообщения для озвучивания на лекции, семинаре или практическом занятии. Сообщаемая информация носит характер уточнения или обобщения, несёт новизну, отражает современный взгляд по определённым проблемам.

Сообщение отличается от докладов и рефератов не только объёмом информации, но и её характером – сообщения дополняют изучаемый вопрос фактическими или статистическими материалами. Оформляется задание письменно, оно может включать элементы наглядности (иллюстрации, демонстрацию).

Регламент времени на озвучивание сообщения – до 5 мин.

- собрать и изучить литературу по теме;
- составить план или графическую структуру сообщения;
- выделить основные понятия;
- ввести в текст дополнительные данные, характеризующие объект изучения;
- оформить текст письменно;
- сдать на контроль преподавателю и озвучить в установленный срок.

Объем сообщения – 1-2 страниц текста, оформленного в соответствии с требованиями оформления реферата.

Этапы работы над сообщением

1. Подбор и изучение основных источников по теме, указанных в данных рекомендациях.

2. Составление списка используемой литературы.

3. Обработка и систематизация информации.

4. Написание сообщения.

5. Публичное выступление и защита сообщения.

Методические рекомендации по составлению тестов.

Целью данного вида работы является:

закрепление знаний студентов;

развитие навыков точного формулирования вопросов и адекватных ответов;

формирования у студентов способности правильного использования понятийного аппарата;

приобретение навыков работы с учебной литературой и лекционным материалом.

Существуют разные формы тестовых заданий:

- задания закрытой формы, в которых выбирают правильный ответ из данного набора ответов к тексту задания;
- задания открытой формы, требующие при выполнении самостоятельного формулирования ответа;

- задание на соответствие, выполнение которых связано с установлением соответствия между элементами двух множеств;
- задания на установление правильной последовательности, в которых требуется указать порядок действий или процессов.

Требования, предъявляемые к тестовым заданиям:

- каждое задание имеет свой порядковый номер;
- задание формулируется в логической форме высказывания, которое становится истинным или ложным в зависимости от ответа ;
- к разработанному заданию прилагается правильный ответ.

Оформление

Вариант А: титульный лист (оформляется также как для реферата); вопросы теста в количестве 10-15 ; лист с верными ответами; список использованной литературы.

Вариант Б: в рабочей тетради или тетради для самостоятельных работ:

дата;

название темы;

вопросы теста в количестве 10-15 с вариантами ответа (количество вариантов ответа оговариваются с преподавателем);

верные ответы отмечаются любым знаком в самом тесте;

список использованной литературы.

Пример:

1.Геронтология – это:

- А. Наука о смерти
- Б. Наука о закономерностях старения
- В. Наука о старении
- Г. Наука о здоровой женщине

2.Гериатрия:

- А. Наука о заболеваниях, вызванных медицинскими работниками
- Б. Наука о старческих болезнях и их лечении
- В. Наука о лечении травмами
- Г. Наука о психических заболеваниях.

Эталоны ответов:

1. Б
2. Б

Оценка результатов подготовленного сообщения, составленного теста из 20 вопросов проводится по 5 балльной системе.

- отметка "5" ставится, если обучающийся полно и последовательно изложил изученный материал, обнаруживает осознанное понимание материала, самостоятельно выделяет закономерности, находит причинно-следственные связи.
- отметка "4" ставится, если ответ удовлетворяет тем же требованиям, что и для отметки "5", но допускает 1-2 ошибки и 1-2 недочета;
- отметка "3" ставится, если обучающийся обнаруживает знание и понимание основных положений, но изложил материал неполно и непоследовательно и

допускает неточности, не достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения;

- отметка "2" ставится, если обучающийся обнаруживает незнание большей части вопроса, допустил ошибки в формулировках, искажающих их смысл, беспорядочно, бессистемно и неуверенно излагал материал;

Критерии оценки при подготовке сообщения:

- актуальность темы;
- соответствие содержания теме;
- глубина проработки материала;
- грамотность и полнота использования источников;
- наличие элементов наглядности.

Список рекомендуемой литературы:

Основные источники:

Здоровый человек и его окружение (электронный ресурс): Учебник. В.Р.Кучма, О.В.Сивочалова.- 4-е изд, испр. и доп. – М.:ГЭОТАР – Медиа,2015.

Дополнительные источники:

1.Кучма В.Р., Серова В.Н. Этапы жизнедеятельности человека и медицинские услуги в разные возрастные периоды.- М.:АСАДЕМА, 2002г.

2. Журавлева Т.П., Пронина Н.А. Сестринское дело в гериатрии [Текст]. – М.: АНМИ, 2005. – 438с. ISBN 5-88897-088-3

3. Филатова С.А., Безденежная Л.П., Андреева Л.С. Геронтология.- Ростов-на Дону: «Феникс»,2005.

4. Галкин Р.А., Котельников Г.П., Яковлев О.Г., Захарова Н.О. Пожилой пациент.- Самара, 1999г.