



Министерство здравоохранения Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Рязанский государственный медицинский университет  
имени академика И.П. Павлова»  
Министерства здравоохранения Российской Федерации  
ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России

Утверждено решением ученого совета  
Протокол № 1 от 01.09.2023 г

Фонд оценочных средств по дисциплине	«Укрепление здоровья»
Образовательная программа	Основная профессиональная образовательная программа высшего образования – программа магистратуры по направлению подготовки 32.04.01 Общественное здравоохранение
Квалификация	магистр
Форма обучения	Очная

Разработчик (и): кафедра профильных гигиенических дисциплин

ИОФ	Ученая степень, ученое звание	Место работы (организация)	Должность
В.А. Кирюшин	д.м.н., профессор	ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России	Заведующий кафедрой
Г.И. Стунеева	д.м.н., доцент	ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России	Профессор кафедры

Рецензент (ы):

ИОФ	Ученая степень, ученое звание	Место работы (организация)	Должность
А.А. Дементьев	д.м.н., доцент	ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России	Заведующий кафедрой общей гигиены
Н.А. Афонина	к.м.н., доцент	ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России	Доцент кафедры общественного здоровья и здравоохранения с курсом организации здравоохранения ФДПО

Одобрено учебно-методической комиссией по специальности Медико-профилактическое дело,

Протокол № 12 от 26.06.2023г.

Одобрено учебно-методическим советом.

Протокол № 10 от 27.06.2023г.

**Фонды оценочных средств  
для проверки уровня сформированности компетенций  
по итогам освоения дисциплины  
«Укрепление здоровья»**

**1. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости**

**Примеры заданий в тестовой форме:**

1. Физиологическая потребность в пищевых веществах и энергии у человека дифференцируется в зависимости от:

- а. возраста
- б. пола
- в. характера деятельности
- г. состояния здоровья
- д. социально-экономических особенностей региона

Верно: а, б, в, г

2. Правильный режим питания включает соблюдение:

- а. времени приема пищи
- б. интервалов между приемами пищи
- в. кратности приема пищи в зависимости от возраста
- г. количественного и качественного приема пищи
- д. условий приема пищи

Верно: а, б, в, г

3. Рациональное питание человека необходимо для:

- а. гармоничного морфофункционального развития
- б. своевременного созревания морфологических структур и функций
- в. соответствующего возрасту психомоторного и интеллектуального развития
- г. сохранению иммунитета и устойчивости к воздействию неблагоприятных факторов внешней среды
- д. высокой физической и умственной работоспособности
- е. профилактики развития заболеваний

Верно: а, б, в, г, д, е

4. Важнейшими функциями белков в организме являются:

- а. пластическая
- б. энергетическая
- в. защитная
- г. запас питательных веществ

Верно: а, в.

5. Важнейшими функциями липидов и жирных кислот являются:

- а. энергетическая
- б. построение органов и тканей
- в. построение клеточных и субклеточных мембран
- г. защитная

Верно: а, б, в

6. Основными функциями углеводов являются:

- а. структурная
- б. энергетическая
- в. запасных питательных веществ
- г. защитная

Верно: а, б, в

7. К нарушениям, характерным для питания на современном этапе для питания в России относятся:

- а. дефицит животных белков
- б. дефицит животных жиров
- в. дефицит полиненасыщенных жирных кислот
- г. дефицит пищевых волокон
- д. дефицит углеводов

Верно: а, в, г

8. К нарушениям витаминного состава, характерным для питания в России относятся:

- а. дефицит витамина А
- б. дефицит витаминов группы В
- в. дефицит витамина С
- г. дефицит витамина Д
- д. дефицит фолиевой кислоты
- е. дефицит витамина К

Верно а, б, в, д

9. К нарушениям микроэлементного состава, характерным для питания в России относятся:

- а. дефицит кальция
- б. дефицит железа
- в. дефицит селена
- г. дефицит цинка
- д. дефицит натрия
- е. дефицит йода

Верно: а, б, в, г, е

10. Для профилактики йодной недостаточности в регионах, дефицитных по йоду следует предусматривать:

- а. рационализацию структуры питания
- б. йодирование воды
- в. йодирование соли
- г. йодирование пищевых продуктов
- д. терапия йодидом калия

Верно: а, б, в, г

#### **Критерии оценки тестового контроля:**

- Оценка «отлично» выставляется при выполнении без ошибок более 85 % заданий.
- Оценка «хорошо» выставляется при выполнении без ошибок более 65 % заданий.
- Оценка «удовлетворительно» выставляется при выполнении без ошибок более 50 % заданий.
- Оценка «неудовлетворительно» выставляется при выполнении без ошибок равного или менее 50 % заданий.

#### **Примеры контрольных вопросов для собеседования:**

**Тема: Современная политика укрепления здоровья населения в РФ. Индивидуальные и социальные аспекты здоровья и здорового образа жизни**

*Контрольные вопросы:*

1. Конституционные основы в области здравоохранения и охраны здоровья граждан РФ.

2. Назовите учреждения, входящие в систему охраны здоровья на территории Российской Федерации.
3. Задачи в области здравоохранения, предусмотренные Стратегией развития здравоохранения РФ на 2021 – 2025 гг.
4. Государственная политика в сфере здравоохранения в соответствии с Концепцией социально-экономического развития РФ на период до 2030 г.
5. Задачи, которые будут решены к 2030 г. по обеспечению государственных гарантий медицинской помощи, ее доступности и высокого качества.

**Тема: Здоровьесберегающие технологии – понятие и общая характеристика**

*Контрольные вопросы:*

1. Здоровье как основа благополучия человека и общества.
2. Понятие «здоровьесберегающие технологии» и их функции.
3. Классификация здоровьесберегающих технологий.

**Тема: Индивидуальные и социальные аспекты здоровья и здорового образа жизни**

*Контрольные вопросы:*

1. Назовите виды медицинской профилактики и целевые группы на которые направлена профилактическая программа
2. Понятие Здоровый образ жизни. Условия его формирования, иерархия элементов здорового образа жизни.
3. Факторы и условия, определяющие здоровье населения
4. Паспортный и биологический возраст. Ретардация и акселерация в вопросах укрепления здоровья.

**Критерии оценки при собеседовании:**

- Оценка "отлично" выставляется студенту, если он глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, использует в ответе материал монографической литературы, правильно обосновывает принятое решение, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.
- Оценка "хорошо" выставляется студенту, если он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.
- Оценка "удовлетворительно" выставляется студенту, если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических работ.
- Оценка "неудовлетворительно" выставляется студенту, который не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы. Как правило, оценка "неудовлетворительно" ставится студентам, которые не могут продолжить обучение без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.

**Примеры ситуационных задач:**

**Тема: Индивидуальные и социальные аспекты здоровья и здорового образа жизни. Факторы риска и здоровье человека**

### *Ситуационная задача*

Пациентка, женщина 30 лет. Работает вахтером в общежитии. Страдает ожирением, при массе тела-120 кг, ее рост 165 см. Привычный рацион: тортики, конфеты, бутерброды с салом и ветчиной и т.д. Двигается мало. Живет на первом этаже, рядом с домом. После работы идет в магазин, и весь день смотрит сериалы по телевизору, лежа на диване. Не замужем. Родители умерли, живет одна. Работа, еда и телевизор - это вся её жизнь. Больной себя не считает. 1. Выявите факторы риска, имеющиеся у пациентки. 2. Определите ИМТ и объясните его значение.

#### *Эталон решения*

1. Факторы риска у пациентки:

- систематическое переедание;
- гиподинамия;
- ожирение.

2. Индекс массы тела-ИМТ (англ. body mass index (BMI))-величина, позволяющая оценить степень соответствия массы человека и его роста и, тем самым, косвенно оценить, является ли масса недостаточной, нормальной или избыточной (ожирение). ИМТ важен при определении показаний для необходимости лечения, в том числе препаратов для лечения ожирения.

Индекс массы тела рассчитывают по формуле:

$$I = m : h^2$$

где: · m-масса тела в килограммах, · h-рост в метрах и измеряется в кг/м<sup>2</sup>

$$I = 120 : 165^2 = 120 : 2,7 = 44,4$$

Индекс массы тела должен быть не выше 25, в данном случае ИМТ=44, что говорит о выраженном ожирении.

### *Ситуационная задача*

Женщина, 52 лет, работает учителем, в течение многих лет страдает гипертонической болезнью 2 стадии с преимущественным поражением сердца.

1. Определите группу диспансерного наблюдения

2. Кратность динамического наблюдения

3. Объем обследования при проведении ежегодной диспансеризации

#### *Эталон решения*

1. 3 диспансерная группа

2. 2 раза в год

3. общий анализ крови и мочи, биохимический анализ крови на спектр липидов, ЭКГ, осмотр окулиста, кардиолога, по показаниям невролога.

### **Критерии оценки при решении ситуационных задач:**

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

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

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

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

**2. Оценочные средства для промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины**

**Форма промежуточной аттестации в 3 семестре - зачет.**

## **Порядок проведения промежуточной аттестации**

### **Процедура проведения и оценивания зачета**

Зачет проводится по билетам в форме устного опроса. Студенту достается вариант билета путем собственного случайного выбора и предоставляется 20 минут на подготовку. Защита готового решения происходит в виде собеседования, на что отводится 15 минут. Билет для зачета содержит два вопроса (1 теоретических и 1 практический).

### **Критерии сдачи зачета:**

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

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

## **Фонды оценочных средств для проверки уровня сформированности компетенций для промежуточной аттестации**

### **ОПК-5**

способность к организации публичных мероприятий для решения задач профессиональной деятельности, в том числе с международными партнерами

**1) Типовые задания для оценивания результатов сформированности компетенции на уровне «Знать»** (воспроизводить и объяснять учебный материал с требуемой степенью научной точности и полноты):

1. Основы государственной политики Российской Федерации в области охраны здоровья граждан.
2. Суть рекомендаций ВОЗ, регламентирующих проведение мероприятий по укреплению здоровья в лечебных организациях
3. Организация профилактических программ на рабочем месте
4. Основные компоненты программы профилактики на рабочем месте
5. Связь экстенсивного пути экономического роста с экономическим кризисом включая здоровье человека
6. Образовательные программы в области здорового питания. Их суть. Методы реализации.

**2) Типовые задания для оценивания результатов сформированности компетенции на уровне «Уметь»** (решать типичные задачи на основе воспроизведения стандартных алгоритмов решения):

#### **Ситуационная задача**

Мать пациента и его сестра страдают бронхиальной астмой, дед умер от туберкулеза легких.

Пациент 35 лет, женат, детей нет, работает на хлебозаводе пекарем, до этого работал лесником. Курит с двадцати лет по 15-20 сигарет в день. В выходные дни любит смотреть все телепередачи подряд, при этом, охотно кушает и выпивает крепкую наливку, которую делает его любимая жена. Последние дни стал замечать, что при работе с мукой, у него стало “закладывать” в груди.

Составьте индивидуальный план профилактики болезней органов дыхания для пациента

#### **Ситуационная задача**

Вы на занятии в обучающей школе для пациентов с артериальными гипертензиями. Среди обучающихся, пациентка 50 лет, кондитер. Замужем, имеет троих детей. Муж страдает хроническим алкоголизмом. Во время диспансерного осмотра три года назад, у нее было выявлено повышенное артериальное давление до 170/100 мм ртутного столба. На приеме у терапевта – 150/100. Было проведено амбулаторное обследование. Диагноз – гипертоническая болезнь. У ее бабушки и отца была артериальная гипертензия. В школе обучается впервые, диету не соблюдает, принимает медикаменты, назначенные врачом, нерегулярно. Очень устает на работе, частые стрессы из-за скандалов с мужем и детьми, любит поесть на ночь, так же очень любит жирную и соленую пищу. Выходные проводит дома, любит подольше поспать, а потом смотреть часами телевизор, сидя в кресле.

Рост - 173, вес - 93 кг. Холестерин – 8,3 ммоль., сахар в крови – 4,4 ммоль.

Дайте пациентке рекомендации по самоконтролю и вторичной профилактике при артериальной гипертензии.

**3) Типовые задания для оценивания результатов сформированности компетенции на уровне «Владеть»** (решать усложненные задачи на основе приобретенных знаний, умений и навыков, с их применением в нетипичных ситуациях, формируется в процессе практической деятельности):

#### **Ситуационная задача**

Пациентка, женщина 23 лет. Не работает, студентка второго курса ПТУ. Стаж курения девять лет, выкуривает по две пачки сигарет в день. Вышла замуж три года назад. Находится на третьем месяце беременности. Бросить курить отказывается. Муж не вмешивается, так как сам курит с 13 лет. Пациентка встала на учет в женской консультации по беременности. Не понимает, какой вред наносит своему еще не родившемуся ребенку. Оба супруга курят дома, на кухне.

Какие факторы риска могут оказать отрицательное влияние на репродуктивное здоровье супругов? Составьте памятку для супругов «О вреде табакокурения при беременности».

#### **Ситуационная задача**

Вы находитесь на занятии в обучающей школе для пациентов с артериальной гипертензией. В группе семь обучающихся, в том числе, пациент 43 лет, инженер. Женат, имеет двоих детей: пяти и десяти лет. Месяц назад во время диспансерного осмотра у него было выявлено повышение АД до 200/100 мм рт. ст., на приеме у терапевта – 180/100 мм рт. ст. Прошел амбулаторное обследование. Диагноз - гипертоническая болезнь. Это же заболевание у матери и у тети пациента. По совету врача, приобрел тонометр и измеряет АД, когда болит голова. Дневник самоконтроля не ведет, медикаменты принимает нерегулярно. Рабочий день не нормированный, переутомляется. Питается два – три раза в сутки, всухомятку. Основной прием пищи приходится на вечер. Диету не соблюдает, любит сладости и крепкий кофе с сахаром. Курит десять лет, по 15 – 20 сигарет в день. Много после работы проводит времени за компьютером, играет в компьютерные игры по 2- 3 часа, хотя после болит голова. Спать ложиться поздно, за ночь не высыпается. По выходным употребляет умеренно алкогольные напитки. Рост – 190 см, вес -110кг (индекс массы тела-31, при норме 18,5- 24,9). Холестерин общий – 9,2 ммоль /литр (норма – менее 5,0), триглицериды – 3,5 ммоль/литр (норма – менее 2,0), сахар крови натощак – 4,6ммоль/ литр (норма 3,3 – 5,5).

Составьте план обучения пациентов данной группы в Школе Артериальной гипертензии.



#### ПК-4

Способность и готовность к просветительной деятельности (публичные лекции, доклады, просветительская работа с группами риска)

**1) Типовые задания для оценивания результатов сформированности компетенции на уровне «Знать»** (воспроизводить и объяснять учебный материал с требуемой степенью научной точности и полноты):

7. Здоровье как основа благополучия человека и общества
8. Понятие здоровьесберегающих технологий и их функции
9. Принципы здоровьесберегающих технологий
10. Классификация здоровьесберегающих технологий
11. Какие виды профилактики вы знаете. Что заложено в их основу
12. Какие задачи положены в основу программ, направленных на продвижение
13. Основные элементы здорового образа жизни
14. Какие факторы и условия определяют здоровье население
15. Критерии оценки эффективности здорового образа жизни
16. Что понимают под фактором риска здоровью человека
17. Назовите основные факторы риска, их классификация
18. Основные факторы риска развития неинфекционных заболеваний
19. Назовите этапы мониторинга факторов риска, их содержание
20. Модульный анализ факторов риска неинфекционных заболеваний
21. Что входит в понятие «качество жизни» людей
22. Какие критерии используются для оценки качества жизни
23. Принципы организации профилактических программ в гигиеническом воспитании
24. Какие технологии используют для формирования здорового образа жизни; их существо
25. Что входит в понятие «Санитарно-гигиеническое просвещение»?
26. Основные проблемы, возникающие при проведении санитарно-гигиенического воспитания?
27. Диспансеризация населения. Этапы диспансеризации.
28. Группы здоровья взрослого населения
29. Что входит в понятие «Медицинская активность»?
30. Группы риска, их классификация

**2) Типовые задания для оценивания результатов сформированности компетенции на уровне «Уметь»** (решать типичные задачи на основе воспроизведения стандартных алгоритмов решения):

##### **Ситуационная задача**

При врачебном осмотре Иванова Д., 9 лет с участием специалистов, хронических и морфофункциональных отклонений не выявлено. Физическое и психическое развитие соответствует возрасту, гармоничное.

За год, предшествующий обследованию, перенес ОРВИ, ветрянную оспу, краснуху.

Задание

1. Оцените состояние ребенка
2. Дайте рекомендации по формированию физического здоровья ребенка

##### **Ситуационная задача**

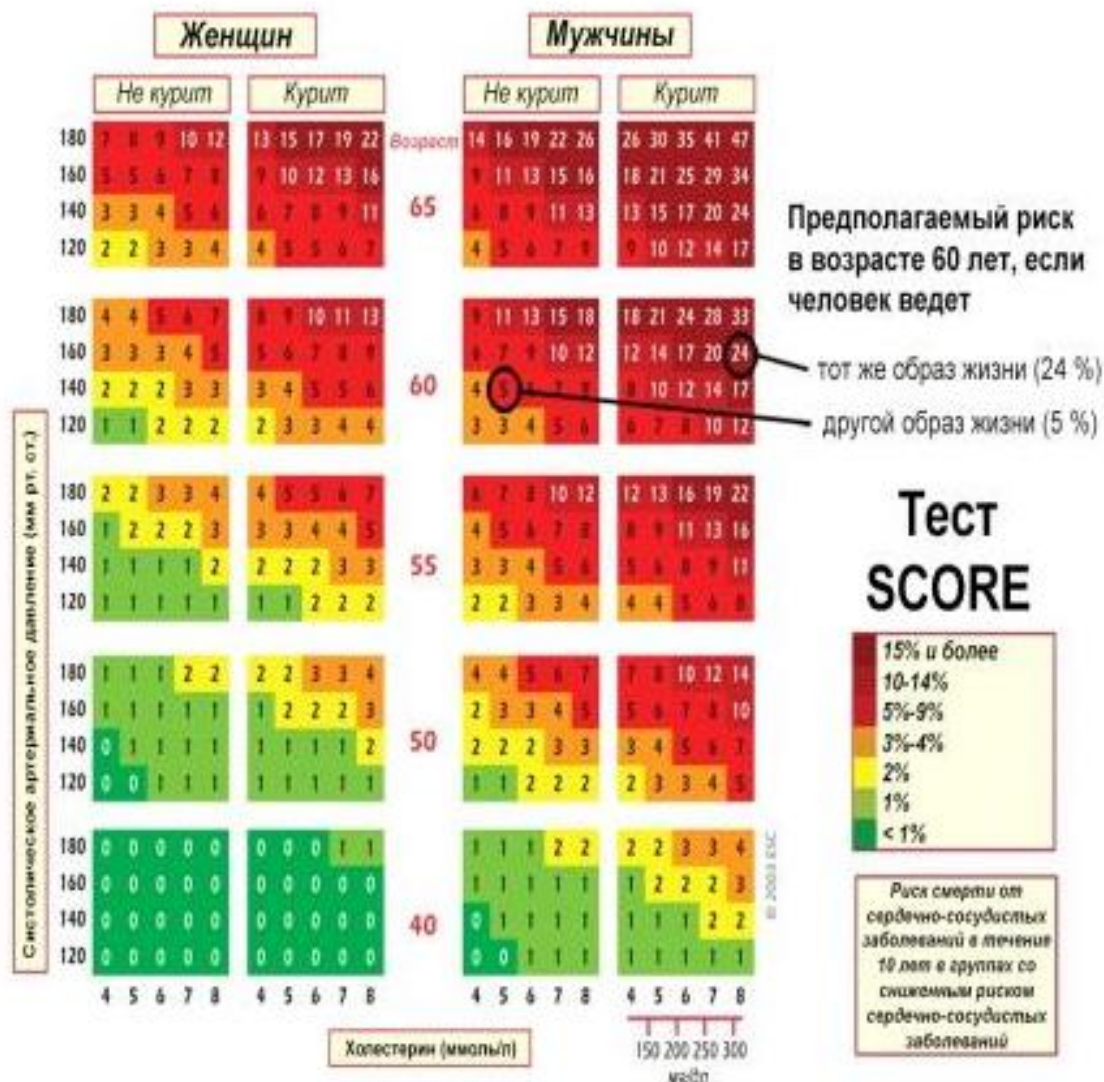
Во время диспансеризации, вам необходимо рассчитать риск смерти от сердечно сосудистых заболеваний, используя тест SCORE.

1. Мужчина 47 лет, вес 90 кг., АД 130/75 мм. Рт. Ст. Содержание холестерина менее 150 мг/дл. Не курит.

2. Мужчина 45 лет, вес 85 кг., АД 160/90 мм рт. Ст. Содержание холестерина 230 мг/дл. Не курит
3. Мужчина 49 лет, вес 89 кг., АД 130/80 мм рт. ст. Содержание холестерина 170 мг/дл. Курит, 1 пачка сигарет в день
4. Мужчина 55 лет, вес 95 кг., АД 165/90 мм рт. ст. Содержание холестерина 260 мг/мл. Курит 0,5 пачки в день.

Задание:

1. Рассчитать коэффициент риска риск смерти от сердечно сосудистых заболеваний у каждого человека, дать оценку.
2. Проанализировать, какие факторы повышают риск смерти.
3. Дать рекомендации для снижения риска смерти.



3) Типовые задания для оценивания результатов сформированности компетенции на уровне «Владеть» (решать усложненные задачи на основе приобретенных знаний, умений и навыков, с их применением в нетипичных ситуациях, формируется в процессе практической деятельности):

**Ситуационная задача**

Вас попросили провести занятие среди студентов 1 курса строительного колледжа. Объясните, что такое репродуктивное здоровье, его значение.

Составьте план мероприятий по профилактике нарушений репродуктивного здоровья.

Задание:

1. Дайте определение понятию «репродуктивное здоровье», значение его сохранения и укрепления особенно в молодом возрасте.

2. Составьте план мероприятий по профилактике нарушений репродуктивного здоровья.

### **Ситуационная задача**

В Центр здоровья обратилась женщина 38 лет для прохождения комплексного обследования. При обследовании: рост 162 см, вес 82 кг; питание: не регулярное, высококалорийное; двигательная активность: работает бухгалтером, спортом не занимается, отдых пассивный; АД 150/80 мм. рт. ст., у отца был инсульт, находится на инвалидности. У матери сахарный диабет. Женщина не курит; алкоголь употребляет случайно в умеренных количествах.

Задание.

1. Рассчитайте ИМТ, приведите формулу.

2. Укажите какие факторы риска развития ССЗ и других заболеваний имеются в образе жизни женщины.

3. Выделите управляемые и не управляемые факторы риска.