

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Бутакова Оксана Стефановна
Должность: директор
Дата подписания: 15.05.2025 13:16:35
Уникальный программный ключ:
92ebe478f3654efe030354ec9c160360cb17a169

Министерство образования и науки Республики Саха (Якутия)
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Республики Саха (Якутия) «Ленский технологический техникум»

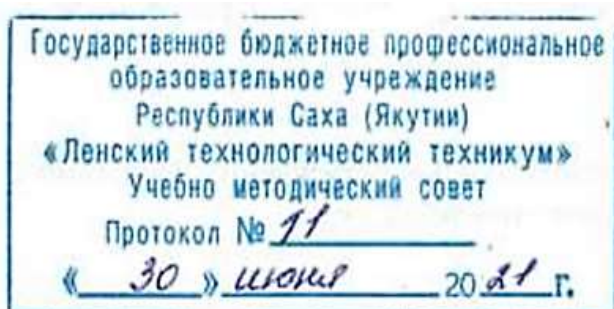
**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ
САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ**
**Междисциплинарный курс: МДК 01.01 Медико-биологические
и социальные основы здоровья**
Специальность: 44.02.01 Дошкольное образование

Методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы разработаны в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 44.02.01 Дошкольное образование к содержанию и уровню подготовки выпускника в соответствии учебным планом и рабочей программой междисциплинарного курса МДК 01.01 «Медико-биологические и социальные основы здоровья», утвержденных ГБПОУ РС (Я) «Ленский технологический техникум».

РЕКОМЕНДОВАНО

Учебно-методическим советом

ГБПОУ РС (Я) «Ленский технологический техникум»



РАССМОТРЕНО И ОДОБРЕНО

на заседании ПЦК «Профессиональной подготовки»

Протокол № 10

от « 24 » июня 2021 г.

Председатель ПЦК: Г. Лучина (Лучина Г.А.)

Автор: Кайдалова Т.В., преподаватель ГБПОУ РС(Я) «Ленский технологический техникум»

Оглавление

Пояснительная записка	4
Самостоятельная работа № 1	11
Самостоятельная работа № 2	13
Самостоятельная работа № 3	16
Самостоятельная работа № 4	18
Самостоятельная работа № 5	20
Самостоятельная работа № 6	28
Самостоятельная работа №7	31
Самостоятельная работа № 8	33
Самостоятельная работа № 9	38
Самостоятельная работа № 10	40
Самостоятельная работа № 11	42
Самостоятельная работа № 12	44
Самостоятельная работа № 13	46
Литература:	49

Пояснительная записка

Методические указания к выполнению внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся по междисциплинарному курсу МДК 01.01 «Медико-биологические и социальные основы здоровья» предназначены для обучающихся по профессии 44.02.01 Дошкольное образование

Цель методических указаний: оказание помощи обучающимся в выполнении самостоятельной работы по междисциплинарному курсу МДК 01.01 «Медико-биологические и социальные основы здоровья» Настоящие методические указания содержат работы, которые позволят обучающимся самостоятельно овладеть фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками деятельности по междисциплинарному курсу , опытом творческой и исследовательской деятельности и направлены на формирование следующих умений и знаний:

В результате освоения междисциплинарного курса обучающийся должен:

уметь:

У1. определять цели, задачи, содержание, методы и средства физического воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста;

У2. планировать работу по физическому воспитанию и развитию детей в соответствии с возрастом и режимом работы образовательной организации;

У3. организовывать процесс адаптации детей к условиям образовательной организации, определять способы введения ребенка в условия образовательной организации;

У4. создавать педагогические условия проведения умывания, одевания, питания, организации сна в соответствии с возрастом;

У5. проводить мероприятия двигательного режима (утреннюю гимнастику, занятия, прогулки, закаливание, физкультурные досуги, праздники) с учетом анатомо-физиологических особенностей детей и санитарно-гигиенических норм;

У6. проводить работу по предупреждению детского травматизма: проверять оборудование, материалы, инвентарь, сооружения на пригодность использования в работе с детьми;

У7. использовать спортивный инвентарь и оборудование в ходе образовательного процесса;

У8. показывать детям физические упражнения, ритмические движения под музыку;

У9. определять способы контроля за состоянием здоровья, изменениями в самочувствии каждого ребенка в период пребывания в образовательной организации;

У10. определять способы педагогической поддержки воспитанников;

У11. анализировать проведение режимных моментов (умывание, одевание, питание, сон), мероприятий двигательного режима (утреннюю гимнастику, занятия, прогулки, закаливание, физкультурные досуги, праздники) в условиях образовательной организации;

знать:

3.1. теоретические основы и методику планирования мероприятий по физическому воспитанию и развитию детей раннего и дошкольного возраста;

3.2. особенности планирования режимных моментов (умывание, одевание, питание, сон) и мероприятий двигательного режима (утренней гимнастики, занятий, прогулок, закаливания, физкультурных досугов и праздников);

3.3. теоретические основы режима дня;

3.4. методику организации и проведения умывания, одевания, питания, сна в соответствии с возрастом;

3.5. теоретические основы двигательной активности;

3.6. основы развития психофизических качеств и формирования двигательных действий;

3.7. методы, формы и средства физического воспитания и развития ребенка раннего и дошкольного возраста в процессе выполнения двигательного режима;

3.8. особенности детского травматизма и его профилактику;

3.9. требования к организации безопасной среды в условиях дошкольной образовательной организации;

3.10. требования к хранению спортивного инвентаря и оборудования, методику их использования;

3.11. наиболее распространенные детские болезни и их профилактику;

3.12. особенности поведения ребенка при психологическом благополучии или неблагополучии;

3.13. основы педагогического контроля состояния физического здоровья и психического благополучия детей;

3.14. особенности адаптации детского организма к условиям образовательной организации;

3.15. теоретические основы и методику работы воспитателя по физическому воспитанию;

Результатом освоения МДК 01.01 «Медико-биологические и социальные основы здоровья» является овладение обучающимися общих компетенций (ОК) и профессиональных компетенций (ПК):

ОК1: Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК2: Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК3: Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК4: Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК7: Ставить цели, мотивировать деятельность воспитанников, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.

ОК9: Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.

ОК10: Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.

ОК11: Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм.

ПК1.2: Проводить режимные моменты в соответствии с возрастом.

ПК1.4: Осуществлять педагогическое наблюдение за состоянием здоровья каждого ребенка, своевременно информировать медицинского работника об изменениях в его самочувствии.

ПК5.3: Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области дошкольного образования на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК5.5: Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области дошкольного образования.

Критериями оценки результатов внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся являются:

уровень освоения учебного материала;

уровень умения использовать теоретические знания при выполнении практических задач;

уровень умения активно использовать электронные образовательные ресурсы, находить требующуюся информацию, изучать ее и применять на практике;

обоснованность и четкость изложения материала;

оформление материала в соответствии с требованиями стандарта предприятия;

уровень умения ориентироваться в потоке информации, выделять главное;
уровень умения четко сформулировать проблему, предложив ее решение, критически оценить решение и его последствия;

уровень умения определить, проанализировать альтернативные возможности, варианты действий;

уровень умения сформулировать собственную позицию, оценку и аргументировать ее.

Описание самостоятельной работы содержит: тему, цели работы, задания, основной теоретический материал, алгоритм выполнения типовых заданий, порядок выполнения работы, формы контроля, требования к выполнению и оформлению заданий. Для получения дополнительной, более подробной информации по изучаемым вопросам, приведено учебно-методическое и информационное обеспечение. Самостоятельные работы представлены в таблице 1.

Таблица 1 - Перечень видов самостоятельной работы

Номер и наименование темы	Наименование (содержание) самостоятельной работы	Кол -во час	Коды формируемых компетенций	Форма контроля	Сроки (№ недели)
Тема 1.1. . Здоровье и здоровьесберегающая среда.	Самостоятельная работа № 1. Подготовка сообщения по одной из тем: 1. «Факторы, влияющие на здоровье человека»; 2. «Генетическое здоровье»; 3. «Наследственные и врожденные болезни».	4	ОК 3. ОК 10. ПК 1.1. ПК 1.2. ПК 1.4. ПК 5.2 ПК 5.3	Проверка самостоятельной работы	По окончании изучения темы.
Тема 1.2. Здоровьесберегающая среда дошкольных образовательных организаций.	Самостоятельная работа № 2. Проработка и анализ санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и	4	ОК 3. ОК 10. ПК 1.1. ПК 1.4	Проверка самостоятельной работы	По окончании изучения темы.

	оздоровления детей»				
Тема 1.3 Физиолого-гигиеническое обоснование режима дня.	Самостоятельная работа № 3 Изготовление памятки для родителей «Как помочь ребенку адаптироваться в детском саду»	4	ОК 3. ОК 10. ПК 1.1. ПК 1.4	Проверка самостоятельной работы	По окончании изучения темы.
Тема 1.4. Основы рационального питания	Самостоятельная работа № 4. Составление конспекта по теме: Проведение режимных моментов умывания, одевания, питания, дневного сна с детьми раннего и дошкольного возраста.	4	ОК 3. ОК 10. ПК 1.1	Проверка самостоятельной работы	По окончании изучения темы.
Тема 1.4. Основы рационального питания	Самостоятельная работа № 5. Подготовка презентации по теме: «Основы рационального питания детей раннего и дошкольного возраста..»	6	ОК 3. ОК 10. ПК 1.1. ПК 1.2 ПК 1.3. ПК 1.4. ПК 2.2 ПК 2.3. ПК 2.6. ПК 3.2 ПК 5.2 ПК 5.3	Проверка самостоятельной работы	По окончании изучения темы.
Тема 1.5. Детские болезни и их профилактика.	Самостоятельная работа № 6 Подготовка сообщения по теме «Формы неврозов у детей»	6	ОК 3. ОК 10. ПК 1.1. ПК 1.2 ПК 1.3. ПК 1.4. ПК 2.2 ПК 2.3. ПК 2.6. ПК 3.2 ПК 5.2 ПК 5.3	Проверка самостоятельной работы	По окончании изучения темы.
	Самостоятельная работа № 7 Заполнение таблицы «Врожденные дефекты опорно-двигательного	4	ОК 3. ОК 10. ПК 1.1. ПК 1.2 ПК 1.3. ПК 1.4.	Проверка самостоятельной работы	По окончании изучения темы.

	аппарата».		ПК 2.2 ПК 2.3. ПК 2.6. ПК3.2 ПК5.2 ПК5.3		
	Самостоятельная работа № 8 Подготовка презентации по теме: «Аллергические реакции и их предупреждение»	6	ОК 3. ОК 10. ПК 1.1. ПК 1.2 ПК 1.4. ПК 2.1. ПК2.2 ПК.2.4. ПК 3.2 ПК 3.3. ПК 5.2 ПК 5.3	Проверка самостоятельной работы	По окончании изучения темы.
	Самостоятельная работа №9 Подготовка рекомендаций для родителей «Берегите зрение детей»	4	ОК 3. ОК 10. ПК 1.1. ПК 1.2 ПК 1.4. ПК 2.1. ПК 2.2 ПК.2.4 ПК 3.1. ПК 3.2 ПК 5.1 ПК 5.2 ПК 5.3.		
	Самостоятельная работа № 10 Подготовка сообщения по теме «Кожные болезни и их профилактика»	4	ОК 3. ОК 10. ПК 1.1. ПК 1.2 ПК 1.4. ПК 2.1. ПК 2.2 ПК.2.4 ПК 3.1. ПК 3.2 ПК 5.1 ПК 5.2 ПК 5.3.		

<p>Тема 1.6.Детские инфекционные заболевания и их профилактика</p>	<p>Самостоятельная работа№ 11 Подготовка практических советов для родителей по предупреждению распространения инфекций.</p>	<p>6</p>	<p>ОК 3. ОК 10. ПК 1.1. ПК 1.2 ПК 1.4. ПК 2.1. ПК 2.2 ПК.2.4 ПК 3.1. ПК 3.2 ПК 5.1. ПК 5.2 ПК 5.3.</p>		
	<p>Самостоятельная работа№ 12 Разработка памятки для родителей «Осторожно, грипп»</p>	<p>4</p>			
<p>Тема 1.8.Гигиеническое воспитание детей, санитарное просвещение родителей и персонала.</p>	<p>Самостоятельная работа № 13 Разработка тематики консультаций для родителей по теме «Сохранение и укрепление здоровья детей в семье»</p>	<p>5</p>			

Самостоятельная работа № 1

Наименование:

Подготовка сообщения по одной из тем:

1. «Факторы, влияющие на здоровье человека»
2. «Генетическое здоровье»;
3. «Наследственные и врожденные болезни

Литература:

Задание: Подготовьте индивидуальные сообщения на одну из предложенных тем:

1. «Факторы, влияющие на здоровье человека»
2. «Генетическое здоровье»;
3. «Наследственные и врожденные болезни

Методические рекомендации по подготовке индивидуального сообщения

Индивидуальное сообщение (доклад) – публичное сообщение, представляющее собой развернутое изложение на определенную тему.

Подготовка доклада и выступление способствуют формированию навыков исследовательской работы, расширяет познавательные интересы, приучает критически мыслить.

Индивидуальное сообщение (доклад) – это форма работы, напоминающая реферат, но предназначенная по определению для устного сообщения. При написании доклада по заданной теме составляют план, подбирают основные источники.

Отличительные признаки доклада

- передача в устной форме информации для максимально полного усвоения слушателями;
- публичный характер высказывания;
- предварительная подготовка;
- стилевая однородность (выдержанность в строго научном стиле);
- четкие формулировки;
- использование наглядности.

Этапы подготовки индивидуального сообщения

1. Выбор и осознание темы.
2. Подбор источников и литературы.
3. Работа с выбранными источниками и литературой:
 - а) ознакомление с материалами, вышедшими, прежде всего, в последние годы (в них, как правило, дается обзор публикаций по проблеме и имеется библиография);
 - б) составление библиографии;

в) ведение записей, в которых фиксируется материал по какому-либо отдельному вопросу из различных источников;

г) формирование понятийного аппарата (составление словарей терминов).

5. Систематизация фактического материала.

6. Анализ отобранного материала.

7. Составление рабочего плана.

8. Письменное изложение материала в соответствии с планом, что предусматривает строгое следование структуре сообщения.

9. Самоанализ доклада по критериям:

- новизна;
- степень раскрытия сущности вопроса;
- обоснованность выбора источников;
- объем.

10. Редактирование, переработка текста.

11. Оформление доклада (литературное и техническое).

12. Выступление с докладом.

Рекомендации по выступлению с докладом

Поскольку доклад изначально планируется как устное выступление, он несколько отличается от тех видов работ, которые просто сдаются преподавателю и оцениваются им в письменном виде. Необходимость устного выступления предполагает соответствие некоторым дополнительным критериям. Устное выступление, чтобы быть удачным, должно хорошо восприниматься на слух, т.е. быть подано интересно для аудитории.

В докладе обязательно должно быть вступление, в котором определяются актуальность заявленной темы, задачи, стоящие перед исследователем.

Текст доклада должен быть построен в соответствии с регламентом предстоящего выступления, который сообщается заранее.

Написав черновой вариант, следует прочесть его самому себе или кому-то вслух. При этом читать нужно, не торопясь, но и без излишней медлительности, стараясь приблизить темп речи к своему обычному темпу чтения вслух. Если текст окажется невозможно прочитать за установленное регламентом время, следует пересмотреть текст и избавиться от лишних эпитетов, вводных оборотов; сжать основную часть; в заключительной - оставить только выводы, сделав их максимально четкими и краткими.

Не рекомендуется выступать экспромтом или полужэкспромтом, отступать в момент выступления слишком далеко от подготовленного текста.

Литература:

1. **Кучма.** *«Здоровье школьников: проблемы и пути решения».* — М.: Издательство «Дрофа», 2020.

2. **И.И. Потапова.** *«Основы здорового образа жизни и профилактики заболеваний».* — СПб.: Питер, 2020.

3. **Г.С. Никифоров.** *«Психология здоровья».* — СПб.: Речь, 2018.

2. Генетическое здоровье

1. **Н.П. Бочков, Е.К. Гинтер.** *«Медицинская генетика».* — М.: Медицина, 2017.

2. **Е.Л. Дадали, А.В. Поляков.** *«Клиническая генетика».* — М.: ГЭОТАР-Медиа, 2015.

3. **М.Е. Валькович.** *«Молекулярная биология клетки».* — М.: Мир, 1989.

3. Наследственные и врожденные болезни

1. **Л.Ф. Марченко.** *«Наследственные заболевания».* — М.: Наука, 1978.

2. **Т.И. Субботина, О.Н. Новикова.** *«Врожденные пороки развития».* — М.: Академия, 2017.

3. **Ю.Е. Вельтищев, Ю.М. Белозеров.** *«Неонатальная патология».* — М.: Триада-Х, 2015

1. Условия выполнения задания :

2. 1. Место (время) выполнения задания: задание выполняется во внеаудиторное время

3. 2. Максимальное время выполнения задания: 4 час.

4. 3. глобальной сетью

5. Шкала оценки образовательных достижений:

Критерии :

1.-извлечение необходимой информации из подобранных источников

2. полнота и логичность раскрытия темы

3.- самостоятельность мышления

4.- правильность оформления работы.

Самостоятельная работа № 2

Наименование: Проработка и анализ санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей»

Цель работы: 1.Изучить нормативно-правовые акты, регулирующие ответственность за сохранение здоровья детей»

2. научиться определять цели, задачи, содержание, методы и средства руководства оздоровительной работой с детьми с учетом возраста

Материально-техническое обеспечение: конспекты лекций, компьютер, наличие доступа в интернет, методические рекомендации, нормативно-правовая документация

Задание:

1. «Изучите нормативно-правовые акты, регулирующие ответственность за сохранение здоровья детей»

2. Зафиксируйте гарантии ребёнка на охрану его здоровья, жизни и благополучия;

3. Внесите в таблицу номер статьи, главы, положения, выпишите её содержание

Материалы ,для изучения

1.Конвенция о правах ребенка — это международный договор, принятый Генеральной Ассамблеей ООН 20 ноября 1989 года. Этот документ закрепляет права детей во всем мире и является одним из наиболее значимых документов в области защиты прав человека. Конвенция была ратифицирована большинством стран мира, включая Россию (ратифицировала её в 1990 году).

2.Конституция Российской Федерации Статья 38 Конституции РФ закрепляет обязанность родителей заботиться о детях, включая заботу о здоровье.

3.Семейный кодекс Российской Федерации (СК РФ)В частности, статья 63 СК РФ обязывает родителей обеспечивать физическое и психическое развитие ребенка, а также заботится о его здоровье.

4.Федеральный закон от 24 июля 1998 года № 124-ФЗ "Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации" Этот закон устанавливает гарантии защиты прав детей, включая право на охрану здоровья.

5.Закон Российской Федерации от 7 февраля 1992 года № 2300-1 "О защите прав потребителей" Применяется в случае оказания медицинских услуг детям.

6.Федеральный закон от 21 ноября 2011 года № 323-ФЗ "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации" Регулирует общие принципы охраны здоровья всех граждан, включая детей.

7.Постановление Правительства РФ от 13 января 2017 года № 8 "Об утверждении Правил предоставления медицинскими организациями платных медицинских услуг" Касается оказания платных медицинских услуг детям.

Используя материалы лекций письменно ответьте на следующие вопросы:

1.Какие основные нормативные правовые акты регулируют ответственность за сохранение здоровья детей?

2.Какова роль государства в обеспечении охраны здоровья детей согласно законодательству?

3.Какие меры ответственности предусмотрены за нарушение прав ребенка на охрану здоровья?

4.Какие обязанности возлагаются на родителей (законных представителей) в части сохранения здоровья детей?

5.Какие права имеют дети в области здравоохранения согласно действующему законодательству?

6.Какие организации несут ответственность за контроль соблюдения норм законодательства в сфере охраны здоровья детей?

7.Каковы особенности регулирования ответственности за сохранение здоровья детей в образовательных учреждениях?

8.Какие санкции применяются к медицинским работникам за ненадлежащее исполнение обязанностей по охране здоровья детей?

9.Какие международные нормы влияют на российское законодательство в области охраны здоровья детей?

10.Как обеспечивается защита прав детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья?

Условия выполнения задания :

1 Место (время) выполнения задания: задание выполняется во внеаудиторное время

2. Максимальное время выполнения задания: **4 час.**

3. глобальной сетью

Шкала оценки образовательных достижений:

Критерии :

1.извлечение необходимой информации из подобранных источников

2.умение перевести информацию из текста в таблицу

3.полнота и логичность раскрытия предложенных терминов

4.самостоятельность мышления

5. правильность оформления работы.

Самостоятельная работа № 3

Наименование: Изготовление памятки для родителей «Как помочь ребенку адаптироваться в детском саду»

Цель работы: осуществить контроль обучения, продолжить систематизацию знаний, выявить уровень усвоения материала, сформированности умений и навыков.

Задание:

1. Составьте комплекс практических рекомендаций родителям детей старшего дошкольного возраста по быстрой адаптации к детскому саду. (опираясь на предоставленный конспект)/

2. Оформите в виде красочной памятки.

Подготовка к детскому саду

Как сделать этот процесс легче и комфортнее, предлагаем несколько советов и рекомендаций

1. Психологическая подготовка

Разговор: Объясните ребенку, куда вы его ведете и почему это важно. Расскажите о преимуществах детского сада: новые друзья, интересные игры, занятия.

Постепенное привыкание: Начните заранее рассказывать малышу о садике, играйте в ролевые игры (например, «детский сад»), читайте книжки про дошкольников.

2. Режим дня

Подстройте режим: Если режим дня ребенка отличается от режима детского сада, начните постепенно менять его дома. Это поможет избежать стресса от резкой смены привычного уклада.

Ритуалы перед сном: Уделите внимание вечерним ритуалам, которые помогут ребенку успокоиться и настроиться на сон (например, чтение книг, теплая ванна).

3. Практика самостоятельности

Самообслуживание: Научите ребенка самостоятельно одеваться, умываться, пользоваться туалетом. Чем больше малыш сможет делать сам, тем увереннее он будет чувствовать себя в новой обстановке.

4. Игры и творчество: Поощряйте интерес ребенка к играм и творчеству, чтобы он мог легко находить общие интересы с другими детьми.

5. Подготовка вещей

Выбор одежды: Подберите удобную одежду, которую ребенок сможет надеть/раздеть самостоятельно. Обувь должна быть легкой и удобной.

Личные вещи: Подготовьте сменную одежду, обувь, полотенце, постельное белье. Пусть ребенок участвует в выборе этих предметов — это придаст ему уверенности.

6. Первые дни

Начало посещения: Постарайтесь привести ребенка в садик в первый день вместе. Так вы сможете познакомиться с воспитателями, показать ребенку групповую комнату, игровую зону.

Постепенный уход: Оставляйте ребенка сначала на короткое время (1-2 часа), постепенно увеличивая продолжительность пребывания.

Поддержка во время адаптации

1. Эмоциональная поддержка

Терпение и понимание: Помните, что адаптация — это сложный процесс. Будьте терпеливы и поддерживайте ребенка, даже если он капризничает или отказывается идти в садик.

Обсуждение чувств: Спрашивайте у ребенка, как прошел его день, что ему понравилось, а что нет. Давайте возможность выразить свои эмоции.

Установление контакта с воспитателями

Доверие: Установите доверительные отношения с воспитателями. Регулярно общайтесь, узнавайте, как проходит адаптация вашего ребенка.

Совместное решение проблем: Если возникают трудности, обсудите их с педагогами и найдите совместное решение.

2. Создание комфортной атмосферы дома

Уютный дом: Создайте дома спокойную и уютную атмосферу. Старайтесь проводить больше времени вместе, занимаясь любимыми делами ребенка.

Семейные традиции: Поддерживайте семейные традиции и ритуалы, которые помогают ребенку чувствовать себя защищенным и любимым.

3. Физическая активность и отдых

Прогулки: Больше гуляйте на свежем воздухе, особенно после садика. Физическая активность помогает снять напряжение и усталость.

Сон и отдых: Следите за тем, чтобы ребенок достаточно отдыхал. Полноценный сон важен для восстановления сил.

Заключение

Адаптация к детскому саду — это постепенный процесс, требующий внимания и заботы со стороны родителей. Ваше терпение, любовь и поддержка помогут ребенку быстрее освоиться в новом окружении и обрести уверенность в себе.

Условия выполнения задания :

- 1 Место (время) выполнения задания: задание выполняется во внеаудиторное время
2. Максимальное время выполнения задания: **4 час.**
3. глобальной сетью

Шкала оценки образовательных достижений:

Критерии :

- 1.извлечение необходимой информации из подобранных источников
- 2.умение перевести информацию из текста в таблицу
- 3.полнота и логичность раскрытия предложенных терминов
- 4.самостоятельность мышления
5. правильность оформления работы.

Самостоятельная работа № 4

Наименование: Составление конспекта по теме: Проведение режимных моментов умывания, одевания, питания, дневного сна с детьми раннего и дошкольного возраста.

Цель работы: осуществить контроль обучения, продолжить систематизацию знаний, выявить уровень усвоения материала, сформированности умений и навыков.

Материально-техническое обеспечение: конспекты теории, тетрадь для самостоятельных работ, ручка, методические рекомендации, ПК.

Задание:

1.Изучите рекомендации по организации и проведению режимных моментов и выделите основные составляющие режима дня в ДОУ.

2.Изучите нормативные документы (СанПиН для ДОО) по теме: «Гигиенические требования к организации различных компонентов режима дня детей в ДОО».

2.Сравните время, отведённое на режимные моменты в разных возрастных группах.

3.Выявите закономерности, соответствие принципам построения режима. Сделайте вывод.

4.Напишите краткий конспект по теме.

Основные этапы проведения режимных моментов:

I.Умывание

1.Подготовка:

Подготовка помещения (убедитесь, что раковина чистая, мыло и полотенца находятся на доступном уровне).

Объясните детям важность мытья рук перед едой и после посещения туалета.

2.Процесс:

Покажите детям, как правильно мыть руки (с мылом, под проточной водой).

Обратите внимание на тщательное промывание между пальцами и под ногтями.

Научите детей вытирать руки насухо полотенцем.

3.Закрепление навыка:

Повторяйте процесс несколько раз, чтобы дети привыкли к нему.

Хвалите детей за правильные действия и помогайте, если возникают трудности.

II.Одевание

1.Подготовка:

Подготовьте одежду заранее, убедитесь, что она чистая и удобная.

Разложите одежду в порядке надевания (нижнее белье, футболка/блузка, штаны/юбка, носки, обувь).

Процесс:

Начните с простого: научите детей надевать нижнее белье и футболки.

Постепенно переходите к более сложным элементам одежды (штаны, юбки, куртки).

Показывайте, как застегивать пуговицы, молнии и завязывать шнурки.

Закрепление навыка:

Поощряйте самостоятельность, но будьте готовы помочь, если ребенок испытывает затруднения.

Используйте игры и стихи, чтобы сделать процесс интереснее.

III.Питание

1.Подготовка:

Подготовьте стол: накройте скатертью, поставьте тарелки, столовые приборы, салфетки.

Убедитесь, что еда готова и подается в удобной для детей посуде.

2.Процесс:

Сядьте вместе с детьми за стол, покажите пример правильного поведения (сидеть прямо, не разговаривать с полным ртом).

Объясните правила пользования столовыми приборами (вилка, ложка, нож).

Следите за тем, чтобы дети ели медленно и аккуратно.

IV.Закрепление навыка:

Похвала за правильное поведение за столом.

Постепенное введение новых блюд и продуктов.

IV. Дневной сон

1. Подготовка:

Создайте спокойную атмосферу: приглушите свет, закройте шторы.

Проветрите помещение, убедитесь, что температура комфортная.

2. Процесс:

Помогите детям подготовиться ко сну: снимите верхнюю одежду, уложите в кровати.

Читайте сказки или пойте колыбельные, чтобы создать расслабляющую обстановку.

3. Закрепление навыка:

Установите регулярное время для дневного сна.

Постепенно увеличивайте продолжительность сна, если это необходимо.

Заключение

Проведение режимных моментов требует терпения и последовательности. Важно создавать благоприятные условия для развития навыков самообслуживания у детей и поддерживать их интерес к процессу. Регулярное повторение и похвала помогут детям быстрее освоить необходимые навыки и чувствовать себя уверенно в повседневной жизни.

Условия выполнения задания :

1 Место (время) выполнения задания: задание выполняется во внеаудиторное время

2. Максимальное время выполнения задания: 4 час.

3. глобальной сетью

Шкала оценки образовательных достижений:

Критерии :

1. извлечение необходимой информации из подобранных источников.

2. умение перевести информацию из текста в таблицу.

3. полнота и логичность раскрытия предложенных терминов.

4. самостоятельность мышления.

5. правильность оформления работы.

Самостоятельная работа № 5

Наименование:

Подготовка презентации по теме: «Основы рационального питания детей раннего и дошкольного возраста».

Цель работы: осуществить контроль обучения, продолжить систематизацию знаний, выявить уровень усвоения материала, сформированности умений и навыков

Задание: подготовка презентации по теме: «Основы рационального питания детей раннего и дошкольного возраста».

Требования к оформлению презентации

1. Оформление слайдов должно быть сдержанным. Крайне не рекомендуется использовать яркие цвета и комбинировать большое количество цветов. Контраст между цветами фона и шрифта должен быть ярко выраженным, чтобы при ознакомлении со слайдами у преподавателей не возникли сложности с чтением. Используйте самые простые шаблоны. Не нужно сложных узоров и ярких цветов. Используйте простой, желательнее белый, фон. Размер шрифта на слайдах должен быть не менее 24, иначе текст никто не увидит. Заголовки выделяются и пишутся размером шрифта не менее 36. Кроме того, нужно помнить, что на экране лучше воспринимаются шрифты без засечек (такие как, например, Tahoma, Verdana, Arial), не исключено использовать привычный для печатных текстов шрифт TimesNewRoman.

2. Фотографии. На одном слайде не более двух подписанных фотографий. Не следует использовать в презентации рисунки, не несущие смысловой нагрузки. Никаких фоновых фотографий – их нужно выносить на отдельные слайды.

3. Сочетание цветов. На протяжении всей презентации используйте сочетание не больше 2-х цветов, выдерживайте работу в одном стиле.

4. Анимация. Эффекты анимации должны быть использованы в разумных пределах. Не злоупотребляйте ими. Лучше не испытывать терпение членов комиссии эффектной красочной анимацией вроде появления и мерцания текста по буквам и словам. Оптимальной настройкой эффектов анимации является появление в первую очередь заголовка слайда, а затем – текста по абзацам. Если несколько слайдов имеют одинаковое название, то заголовок слайда должен постоянно оставаться на экране.

Лучше подготовить простую презентацию с простой сменой слайдов. Не делайте сложную анимацию. Лучше обойтись вообще без неё. Все выпрыгивания и выскакивания отвлекают от сути презентации. Презентация, где слайды «вылетают», текст «выезжает» или появляется из ничего, может просто «зависнуть».

5. Заголовки выделяются по цветовой схеме, ставится жирный шрифт и можно подчеркнуть. Остальные фразы в тексте оформляются обычно, НО подчёркиваются или выделяются главные мысли, то есть то, на что хотите обратить внимание. Сильно не увлекайтесь, здесь главное – знать меру.

6. Текст. Текста должно быть мало. На слайдах должны быть фотографии и схемы, а не простыни текста. Совершенно неуместно проговаривать то, что написано на слайде. Текст

слайда должен подчёркивать или иллюстрировать ваши слова. Это могут быть какие-то цифры, фактические данные, примеры, которые слишком скучно и долго приводить в речи. Смысл и идея слайда должны быть понятны при первом взгляде на него. Если аудитория переключится на обдумывание значения запутанного слайда, она уже не будет воспринимать вашу речь – то, ради чего все здесь и собрались. Некоторые опытные презентаторы советуют ограничиться **пятью словами в строке и пятью строками на каждом слайде**. Помните, что слайд – вспомогательное средство во время устного выступления.

7. Таблицы, графический материал. В презентации должен присутствовать графический материал, иллюстрирующий основные положения работы – графики, рисунки, диаграммы и др., наглядные и безупречно оформленные, обязательно в стиле общего дизайна презентации.

Графики, рисунки и таблицы должны иметь названия и номера. Каждый элемент должен быть тщательно подготовлен: рисунки очищены от лишних надписей, диаграммы подписаны и т. п., чтобы вам не приходилось объяснять, что и где изображено.

Оси координат и столбцы таблиц должны иметь метки, содержащие обозначения или названия величин. Для каждой величины должны быть указаны единицы измерения. Если имеется несколько кривых на одном графике (не более 5–6) – необходима легенда. Кривые должны быть хорошо различимы.

Таблица должна легко читаться. Часто в дипломной работе содержатся таблицы с большим количеством информации и сложной структурой. В презентации приводить их полное содержание нецелесообразно, рекомендуется отсортировать данные в зависимости от их значимости в докладе.

В формулах все используемые обозначения должны сопровождаться их расшифровкой. Номер у формулы ставится только при необходимости сослаться на неё в дальнейшем.

При необходимости в презентацию можно вставить видеоролики.

Не размещайте на слайдах большие таблицы, схемы и диаграммы. Во-первых, их всё равно не видно, во-вторых, это очень скучно. Если они действительно важны для вашего выступления, поместите их в раздаточный материал и раздайте его каждому члену комиссии (в данном случае экономия бумаги не уместна). По ходу выступления предложите членам комиссии ознакомиться с материалом. При объяснении таблиц необходимо говорить, чему соответствуют строки, а чему – столбцы.

8. Гиперссылки. Сделайте гиперссылки для более быстрого возвращения к тем моментам, которые могут заинтересовать членов комиссии и слушателей в аудитории. Обратите внимание на цвет гиперссылок (до и после использования).

9. Зрительный контакт. Не смотрите на слайды во время презентации. Нужно держать зрительный контакт. И если постоянно оглядываться, это может насторожить членов комиссии – вы не знаете своих слайдов, вы их сами делали?

10. Смена слайдов. Постарайтесь самостоятельно переключать слайды. Зачастую люди ставят автопереключение слайдов по времени, чтобы упростить себе работу. Возможно, они даже рассчитывают точное время, чтобы речь совпадала с нужными слайдами. Во время же показа человек начинает нервничать, сбиваться с заученного текста или же говорить быстрее. В итоге речь перестаёт соответствовать информации на экране целиком и полностью. Возникает необходимость вернуть несколько слайдов назад, что окончательно заваливает показ. Оценка же вашей работы будет соответствующая. Решить проблему переключения слайдов можно следующими способами:

1) переключать самому (самый надёжный), заранее разберитесь, какими клавишами пульта переключаются слайды;

2) договориться с товарищем: пусть он в определённых местах (отметьте их заранее в тексте защитного слова) вашей речи переключает слайды.

Если же заранее с ним поговорить не получается, то переключить слайд можно по «условным» сигналам, например «...а на следующем слайде мы видим...», «Следующий слайд, пожалуйста». К сожалению многие во время защиты реферата (сообщения, дипломной работы) при задержке смены слайдов либо многозначительно смотрят на помощника, либо всячески подмигивают и машут руками, не произнося при этом ни единого звука. Это приводит к задержке в смене слайдов, что снижает качество презентации. Вывод — Не бойтесь разговаривать!

11. При правильном планировании презентации сначала должен отображаться новый слайд и аудитории даётся какое-то время на то, чтобы прочитать и усвоить информацию, а затем следуют комментарии докладчика, уточняющие и дополняющие показанное на экране.

12. Зрительный контакт. Внимание членов комиссии должно быть большей частью сконцентрировано на вас, а не на презентации. Они должны иногда поглядывать на слайды, но вы всегда должны управлять их вниманием, держать зрительный контакт, отсылать к нужной информации на слайде или к нужной странице в раздаточном материале. Не бойтесь общаться с членами комиссии! Самое главное, искренне интересуются темой вашей работы и результатами, полученными в ходе проведённого исследования.

13. Редактирование. Отредактируйте презентацию перед выступлением. Текст не должен содержать орфографические и пунктуационные ошибки. Иногда студенты не обращают должного внимания на грамотность оформления слайдов. В них не должно быть

опечаток, ошибок в написании основных терминов и т. д. Безграмотное оформление слайдов значительно снижает ваши шансы на отличную оценку.

14. Информация. Внимательно продумайте каждый слайд. Прежде чем составить слайд ответьте на следующие вопросы: как идея этого слайда раскрывает основную идею всей презентации? Что будет на слайде? Что будет говориться? Как будет сделан переход к следующему слайду? Поэтому рекомендуется делать презентацию параллельно с текстом защитного слова.

15. Логика, сопровождение и соответствие. Презентация реферата (выпускной квалификационной работы, доклада) должна быть краткой, лаконичной, никаких вводных слов и вступлений писать не нужно, это можно сказать устно. Показывать только суть работы. Только тезисы, результаты исследований и рекомендации. Чем интереснее будет проиллюстрирован материал, тем положительнее будет настроена комиссия. Не нужно стараться вместить всю работу в несколько слайдов презентации. Намного эффективнее будут выглядеть яркие графические элементы, которые будут подчеркивать четкую речь студента.



Презентация должна быть установлена на компьютер заранее – до начала защиты всей группы. Проверьте до защиты, откроется ли презентация на этом оборудовании.

Структура презентации

Слайд 1 - Титульный слайд - указывается полное наименование учебного заведения; тема дипломного проекта (работы); ФИО студента; группа; код и наименование специальности; ФИО руководителя; город; год защиты.

Слайд 2 - Цель (и) и/или проблема(ы)

Слайд 3 - Задачи (исследовательские вопросы) работы

Слайд 4 - Объект и предмет исследования

Слайд 5 - Методология исследования

Слайд 6 – Определение (я) основных понятий, изучаемых в работе (помимо самой дефиниции указывается ФИО автора определения и источник)

Слайды с результатами практического исследования (вывод по первой главе и по второй главе)

Слайды с общими выводами исследования

Слайды с рекомендациями

Заключительный слайд. Презентация должна начинаться с титульного слайда, заканчиваться заключительным слайдом, дублирующий титульный слайд.

В среднем количество слайдов в презентации реферата (выпускной квалификационной работы) – 12-15. Презентация к защите реферата – это своего рода сокращённый тезисный доклад по докладу к защите реферата. Это ваша разрешённая шпаргалка и план выступления. За 7-10 минут вы не успеете рассказать все 25 слайдов.

Шаблон презентации

Шаблон задает расположение элементов на слайде: фирменный блок, заголовок, колонтитулы, текстовые надписи и т.д.

Верхний колонтитул

Верхний колонтитул состоит из фирменного блока и названия слайда/раздела презентации. Высота верхнего колонтитула – 30 мм. Ширина модуля фирменного блока – 254 мм.

Цвет модуля фирменного блока – голубой.

Фирменный блок располагается по центру модуля. Цвет модуля названия слайда/раздела презентации – белый, шрифт - Tahoma, Verdana, Arial, не исключено использовать привычный для печатных текстов шрифт TimesNewRoman, 40–45 pt, цвет – белый. Текст названия слайда/раздела презентации выравнивается по центру фирменного блока.

Нижний колонтитул

Нижний колонтитул состоит из модуля номера слайда. Высота нижнего колонтитула – 15 мм. Цвет модуля – синий. Номер слайда набирается шрифтом Tahoma, Verdana, Arial, не исключено использовать привычный для печатных текстов шрифт Times New Roman, 20 pt, цвет – белый. Текст в модуле номера слайда выравнивается по левой границе фирменного модуля.

Структура слайда

Слайд может содержать тезисы и пояснительную информацию (текст, иллюстрации, графики, блок-схемы и т.д.).

Тезисный модуль

Цвет модуля тезиса – белый. Текст набирается шрифтом Tahoma, Verdana, Arial, не исключено использовать привычный для печатных текстов шрифт TimesNewRoman., 24–28 pt, цвет – черный. Допускается использование более крупного размера шрифта для выделения важной информации.

Межстрочный интервал – 1 – 2 линии. Текст выравнивается по ширине фирменного блока. В презентации рекомендуется выбрать единый размер модуля тезиса.



Условия выполнения задания :

- 1 Место (время) выполнения задания: задание выполняется во внеаудиторное время
2. Максимальное время выполнения задания: **6 час.**
3. глобальной сетью

Шкала оценки образовательных достижений:

Критерии :

- 1.извлечение необходимой информации из подобранных источников.
- 2.умение перевести информацию из текста в слайды.
- 3.полнота и логичность раскрытия темы
4. правильность оформления работы.
- 5.соответствие поставленным целям.

содержание, оформление и подачу

- **Логика структуры:** Есть ли четкая структура (введение, основная часть, заключение)?
- **Полнота информации:** Достаточно ли предоставлено фактов и аргументов? Все ли ключевые моменты освещены?
- **Аргументация:** Насколько убедительны доводы? Используются ли проверенные данные, исследования, факты?
- **Глубина анализа:** Насколько глубоко проработана проблема или вопрос?

2. Оформление и дизайн

- **Читаемость текста:** Легко ли читается текст на слайдах? Не перегружена ли информация?
- **Цветовая схема:** Гармоничное сочетание цветов, которое делает презентацию приятной глазу.

- **Использование изображений и графики:** Картинки, диаграммы, инфографики делают презентацию визуально привлекательной и помогают лучше воспринимать информацию.

- **Шрифты:** Простые и легко читаемые шрифты, отсутствие излишне мелких деталей.

3. Подача материала

- **Четкость изложения:** Говорит ли выступающий ясно и понятно, избегая сложных терминов там, где это возможно?

- **Уверенность:** Уверен ли спикер в своем материале? Какова его дикция, темп речи, жестикуляция?

- **Контакт с аудиторией:** Поддерживает ли докладчик зрительный контакт с аудиторией? Умеет ли вовлекать слушателей вопросами, примерами?

- **Эмоциональная составляющая:** Использует ли выступающий эмоциональную окраску, чтобы заинтересовать аудиторию?

4. Тайминг

- **Соблюдение регламента:** Укладывается ли выступление в отведенное время? Или же оно слишком короткое/затянутое?

- **Разделение времени:** Равномерно ли распределено время между разными частями выступления?

5. Ответы на вопросы

- **Компетентность:** Умеет ли докладчик отвечать на уточняющие вопросы аудитории? Если возникают возражения — способен ли их парировать аргументированно?

- **Спокойствие и уверенность:** Сохраняет ли спокойствие, даже если возникнут сложные или провокационные вопросы?

6. Соответствие целям

- **Достижение цели:** Удалось ли достичь целей презентации? Например, продать идею, проинформировать, вдохновить на действие и т.п.

Эти параметры помогут оценить эффективность презентации с разных сторон: содержание, оформление и подачу. Важно помнить, что каждая аудитория уникальна, и хороший презентатор должен уметь адаптироваться под конкретные нужды и ожидания слушателей.

Самостоятельная работа № 6

Наименование: Подготовка сообщения по теме «Формы неврозов у детей»

Цель работы: осуществить контроль обучения, продолжить систематизацию знаний, выявить уровень усвоения материала, сформированности умений и навыков

Задание: Подготовьте сообщения по теме «Формы неврозов у детей», опираясь на краткий конспект (см.ниже)

1. Тревожный невроз
2. Депрессивный невроз
3. Истерический невроз
4. Фобический невроз
5. Неврастения

Неврозы у детей до 7 лет проявляются в различных формах, каждая из которых имеет свои особенности и причины возникновения. Вот некоторые распространенные формы неврозов у детей младшего возраста:

1. Тревожный невроз

Характеризуется повышенной тревожностью, страхами и беспокойством.

Дети могут испытывать страхи перед темнотой, одиночеством, незнакомыми людьми или ситуациями.

Часто сопровождается нарушениями сна, ночными кошмарами и плаксивостью.

2. Депрессивный невроз

Сопровождается снижением настроения, апатией и потерей интереса к ранее любимым занятиям.

Может проявляться в виде капризности, раздражительности и замкнутости.

У ребенка снижается аппетит и нарушается сон.

3. Истерический невроз

Чаще всего встречается у детей старше 3 лет.

Проявляется в виде истерик, криков, падений на пол и ударов головой.

Такие реакции обычно возникают в ответ на отказ взрослых выполнить желание ребенка.

4. Фобический невроз

Связан с возникновением специфических страхов: боязнь высоты, воды, животных и т.д.

Страхи могут быть иррациональными и сильно ограничивать повседневную жизнь ребенка.

5. Неврастения

Характеризуется быстрой утомляемостью, раздражительностью и снижением работоспособности.

Ребенок становится чувствительным к шуму, свету и другим внешним раздражителям.

Возможны проблемы с концентрацией внимания и памятью.

Причины развития неврозов у детей:

Стрессовые ситуации (развод родителей, смена места жительства, начало посещения детского сада или школы).

Конфликты в семье, отсутствие поддержки и понимания со стороны взрослых.

Высокие требования и ожидания от ребенка без учета его возрастных возможностей.

Генетическая предрасположенность и индивидуальные особенности нервной системы.

Лечение и профилактика:

Лечение неврозов у детей включает психотерапию, работу с семейными отношениями, создание благоприятной психологической атмосферы дома и иногда медикаментозное лечение под контролем врача. Профилактика заключается в создании стабильной и поддерживающей среды для ребенка, а также в своевременном обращении за помощью к специалистам при первых признаках эмоциональных расстройств.

Методические рекомендации по подготовке индивидуального сообщения

Индивидуальное сообщение (доклад) – публичное сообщение, представляющее собой развернутое изложение на определенную тему.

Подготовка доклада и выступление способствуют формированию навыков исследовательской работы, расширяет познавательные интересы, приучает критически мыслить.

Индивидуальное сообщение (доклад) – это форма работы, напоминающая реферат, но предназначенная по определению для устного сообщения. При написании доклада по заданной теме составляют план, подбирают основные источники.

Отличительные признаки доклада

- передача в устной форме информации для максимально полного усвоения слушателями;

- публичный характер высказывания;
- предварительная подготовка;
- стилевая однородность (выдержанность в строго научном стиле);
- четкие формулировки;

- использование наглядности.

Этапы подготовки индивидуального сообщения

2. Выбор и осознание темы.
2. Подбор источников и литературы.
3. Работа с выбранными источниками и литературой:
 - а) ознакомление с материалами, вышедшими, прежде всего, в последние годы (в них, как правило, дается обзор публикаций по проблеме и имеется библиография);
 - б) составление библиографии;
 - в) ведение записей, в которых фиксируется материал по какому-либо отдельному вопросу из различных источников;
 - г) формирование понятийного аппарата (составление словарей терминов).
5. Систематизация фактического материала.
6. Анализ отобранного материала.
7. Составление рабочего плана.
8. Письменное изложение материала в соответствии с планом, что предусматривает строгое следование структуре сообщения.
9. Самоанализ доклада по критериям:
 - новизна;
 - степень раскрытия сущности вопроса;
 - обоснованность выбора источников;
 - объем.
10. Редактирование, переработка текста.
11. Оформление доклада (литературное и техническое).
12. Выступление с докладом.

Рекомендации по выступлению с докладом

Поскольку доклад изначально планируется как устное выступление, он несколько отличается от тех видов работ, которые просто сдаются преподавателю и оцениваются им в письменном виде. Необходимость устного выступления предполагает соответствие некоторым дополнительным критериям. Устное выступление, чтобы быть удачным, должно хорошо восприниматься на слух, т.е. быть подано интересно для аудитории.

В докладе обязательно должно быть вступление, в котором определяются актуальность заявленной темы, задачи, стоящие перед исследователем.

Текст доклада должен быть построен в соответствии с регламентом предстоящего выступления, который сообщается заранее.

Написав черновой вариант, следует прочесть его самому себе или кому-то вслух. При этом читать нужно, не торопясь, но и без излишней медлительности, стараясь приблизить темп речи к своему обычному темпу чтения вслух. Если текст окажется невозможно прочитать за установленное регламентом время, следует пересмотреть текст и избавиться от лишних эпитетов, вводных оборотов; сжать основную часть; в заключительной - оставить только выводы, сделав их максимально четкими и краткими.

Не рекомендуется выступать экспромтом или полужэкспромтом, отступать в момент выступления слишком далеко от подготовленного текста.

Условия выполнения задания :

- 1 Место (время) выполнения задания: задание выполняется во внеаудиторное время
2. Максимальное время выполнения задания: 6 час.
3. глобальной сетью

Шкала оценки образовательных достижений:

Критерии :

- 1.извлечение необходимой информации из подобранных источников.
- 2.полнота и логичность раскрытия предложенной темы.
- 3.самостоятельность мышления
4. правильность оформления работы.

Самостоятельная работа №7

Наименование: Заполнение таблицы «Врожденные дефекты опорно-двигательного аппарата».

Цель работы: Изучить материал по теме: Врожденные дефекты опорно-двигательного аппарата».

Задание: 1.Опираясь на лекционный материал, заполнить таблицу «Врожденные дефекты опорно-двигательного аппарата».

Врожденные дефекты опорно-двигательного аппарата (ОДА) у детей — это различные аномалии развития костей, суставов и мышц, возникающие во время внутриутробного периода или сразу после рождения ребенка. Эти патологии могут проявляться различными симптомами и требуют своевременной диагностики и лечения для предотвращения возможных осложнений. В зависимости от характера поражения выделяют следующие группы врожденных дефектов ОДА:

Классификация врожденных пороков развития ОДА

1. **Дисплазии скелета:** Нарушения формирования костной ткани, приводящие к различным деформациям конечностей, позвоночника и черепа.

2. **Нарушения окостенения и минерализации:** Включают рахит и остеомалацию, вызванные дефицитом витамина D или нарушениями метаболизма кальция и фосфора.

3. **Переломы костей:** Травмы, требующие немедленного медицинского вмешательства.

4. **Вывихи и растяжения связок:** Повреждения суставов и окружающих тканей.

5. **Компрессионные переломы тел позвонков:** Часто встречаются у пожилых людей с остеопорозом.

6. **Мышечные дистрофии:** Наследственные заболевания, характеризующиеся прогрессирующей мышечной слабостью и атрофией мышц.

7. **Лордоз:** Избыточное искривление поясничного отдела позвоночника вперед.

8. **Кифоз:** Искривление грудного отдела позвоночника назад.

9. **Сколиоз:** Боковое искривление позвоночника.

10. **Косолапость:** Врожденная деформация стопы, при которой она повернута внутрь и книзу.

11. **Плоскостопие:** Опущение сводов стопы, приводящее к утрате амортизационной функции ноги.

12. **Варусная деформация ног:** Искривление нижних конечностей наружу, образующее форму буквы "О".

13. **Х-образная деформация ног:** Искривление нижних конечностей вовнутрь, формирующее букву "Х".

14. **Молочные зубы:** Временные зубы, которые начинают прорезываться примерно с шести месяцев жизни ребенка и постепенно заменяются постоянными зубами начиная с шести лет.

15. **Постоянные зубы:** Замещают молочные зубы и служат человеку всю оставшуюся жизнь.

16. **Кариес зубов:** Патологический процесс разрушения твердых тканей зуба под воздействием бактерий ротовой полости.

17. **Пародонтит:** Воспалительно-дистрофическое заболевание десен и тканей вокруг зуба, которое может привести к его потере.

Заболевание	Признаки

Условия выполнения задания :

1 Место (время) выполнения задания: задание выполняется во внеаудиторное время

2. Максимальное время выполнения задания: **4 час.**

3. глобальной сетью

Шкала оценки образовательных достижений:

Критерии :

- 1.извлечение необходимой информации из подобранных источников
- 2.умение перевести информацию из текста в таблицу
- 3.полнота и логичность раскрытия предложенных терминов
- 4.самостоятельность мышления
5. правильность оформления работы.

Самостоятельная работа № 8

Наименование:

Подготовка презентации по теме: «Аллергические реакции и их предупреждение»

Цель работы: осуществить контроль обучения, продолжить систематизацию знаний, выявить уровень усвоения материала, сформированности умений и навыков по созданию презентаций.

Задание: подготовить презентацию по теме: «Аллергические реакции и их предупреждение»

Требования к презентации см. самостоятельную работу № 5

Аллергия у детей

Аллергическая реакция представляет собой гиперчувствительность иммунной системы организма к определенным веществам (аллергенам), таким как пыльца растений, пищевые продукты, лекарства, шерсть животных и другие. У детей аллергия может проявляться различными симптомами, включая кожную сыпь, зуд, отек, насморк, кашель, затрудненное дыхание и даже анафилактический шок — тяжелую форму аллергической реакции, угрожающую жизни.

Виды аллергии

1. **Пищевая аллергия:** наиболее распространена среди маленьких детей. Часто вызывает такие симптомы, как рвота, диарея, боли в животе, крапивница, ангионевротический отек (отек Квинке).

2. **Респираторная аллергия:** возникает при контакте с аллергенами через дыхательные пути (например, пылью, пылью). Проявляется ринитом, конъюнктивитом, бронхиальной астмой.

3. Контактная аллергия: развивается после прямого контакта кожи с аллергеном (например, косметическими средствами, металлами). Характеризуется высыпаниями, зудом, покраснением кожи.

4. Лекарственная аллергия: реакция на медикаменты, проявляющаяся разнообразными симптомами от легкой сыпи до опасных состояний, таких как анафилаксия.

5. Анафилактический шок: острая системная аллергическая реакция, требующая немедленной медицинской помощи.

Чтобы предупредить развитие аллергии у ребенка, важно учитывать несколько факторов:

Генетика: Если у одного или обоих родителей есть аллергия, вероятность развития аллергической реакции у ребенка увеличивается.

Питание: Введение новых продуктов питания должно происходить постепенно, чтобы отслеживать возможные аллергические реакции.

Окружающая среда: Избегайте контакта ребенка с потенциальными аллергенами, такими как пыльца растений, шерсть животных, пылевые клещи и другие раздражители.

Гигиена: Регулярная уборка помещения поможет снизить количество аллергенов в воздухе.

Медицинское наблюдение: Консультация с педиатром или аллергологом позволит своевременно выявить и предотвратить возможные проблемы.

Вакцинация: Некоторые вакцины могут вызывать аллергические реакции, поэтому перед прививкой стоит проконсультироваться с врачом.

Образ жизни: Здоровый образ жизни, включая правильное питание, регулярные физические упражнения и достаточный сон, способствует укреплению иммунной системы и снижению риска развития аллергии.

Лечение: При появлении симптомов аллергии необходимо обратиться к врачу для назначения соответствующего лечения.

Информация: Обучение ребенка основам гигиены и правилам поведения в общественных местах также играет важную роль в профилактике аллергии.

Поддержка иммунитета: Укрепление иммунной системы ребенка путем правильного питания, регулярных физических нагрузок и закаливания может помочь снизить риск возникновения аллергических реакций.

Контроль окружающей среды: Создание гипоаллергенной обстановки дома, использование специальных очистителей воздуха и регулярное проветривание помещений помогут уменьшить воздействие потенциальных аллергенов.

Избегание курения: Пассивное курение является одним из факторов, способствующих развитию аллергий у детей, поэтому важно избегать воздействия табачного дыма на ребенка.

Регулярные осмотры: Периодические визиты к врачу позволят вовремя обнаружить и принять меры против возможных аллергических заболеваний.

Мониторинг состояния здоровья: Родители должны внимательно следить за состоянием своего ребенка и обращаться к специалистам при первых признаках аллергии.

Соблюдение рекомендаций врача: Следование советам специалистов и соблюдение назначенного лечения поможет эффективно справиться с проявлениями аллергии.

Образование родителей: Осведомленность родителей о причинах, симптомах и методах профилактики аллергии у детей значительно повышает шансы на успешное предотвращение этого заболевания.

Психологическая поддержка: Важно поддерживать эмоциональное состояние ребенка, помогая ему справляться с возможными стрессовыми ситуациями, которые могут усугублять аллергические реакции.

Физическая активность: Умеренные физические нагрузки укрепляют иммунную систему и улучшают общее самочувствие ребенка.

Здоровое питание: Рацион, богатый витаминами и минералами, поддерживает иммунитет и помогает организму бороться с внешними угрозами, включая аллергены.

Минимизация стресса: Стрессовые ситуации могут негативно влиять на иммунную систему, повышая восприимчивость организма к различным заболеваниям, включая аллергию.

Увлажнение кожи: Регулярное увлажнение кожи предотвращает сухость и раздражение, снижая вероятность появления кожных аллергических реакций.

Обследование домашних животных: Домашние питомцы могут стать источником аллергии, поэтому рекомендуется проводить тесты на наличие аллергических реакций перед заведением животного.

Ограничение контактов с больными людьми: Инфекции могут ослаблять иммунную систему, делая организм более уязвимым к аллергенам, поэтому стоит минимизировать контакты с заболевшими людьми.

Создание комфортной атмосферы в доме: Оптимальная температура и влажность воздуха способствуют поддержанию здорового микроклимата, благоприятного для ребенка.

Снижение уровня пыли: Частые уборки и использование пылесосов с HEPA-фильтрами помогают уменьшить концентрацию пыли и пылевых клещей, вызывающих аллергические реакции.

Чистота постельного белья: Регулярная стирка постельных принадлежностей при высоких температурах уничтожает пылевых клещей и другие микроорганизмы, способные вызвать аллергию.

Правильное введение прикорма: Постепенное добавление новых продуктов в рацион малыша позволяет контролировать возможные аллергические реакции и вовремя корректировать диету.

Контроль за качеством воды: Использование фильтров для очистки питьевой воды защищает ребенка от воздействия вредных примесей, которые могут спровоцировать аллергические проявления.

Осознанный подход к лекарствам: Перед применением любых медикаментов необходимо проконсультироваться с врачом, чтобы избежать побочных эффектов и аллергических реакций.

Наблюдение за реакциями организма: Важно замечать любые изменения в состоянии здоровья ребенка после введения нового продукта, контакта с животными или смены окружающей среды.

Планирование путешествий: Путешествия в новые климатические зоны требуют особой осторожности, поскольку смена климата может повлиять на здоровье ребенка и вызвать аллергические реакции.

Профилактика сезонных обострений: В периоды цветения растений и активного распространения пыльцы стоит принимать дополнительные меры предосторожности, такие как использование защитных масок и закрытие окон.

Ранняя диагностика: Своевременное выявление аллергии и начало лечения помогут избежать серьезных осложнений и улучшить качество жизни ребенка.

Взаимодействие с медицинским персоналом: Открытое общение с врачами и специалистами позволит получить квалифицированные рекомендации и поддержку в вопросах профилактики и лечения аллергии.

Формирование здоровых привычек: С раннего возраста прививайте ребенку привычки, способствующие поддержанию здоровья, такие как мытье рук, употребление чистой воды и сбалансированное питание.

Повышение осведомленности окружающих: Информировуйте родственников, друзей и воспитателей о наличии аллергии у вашего ребенка, чтобы они могли оказать необходимую помощь в случае необходимости.

Постоянный мониторинг здоровья: Регулярно проходите медицинские обследования, чтобы отслеживать динамику состояния здоровья ребенка и оперативно реагировать на возможные изменения.

Участие в исследованиях: Участие в клинических испытаниях новых методов лечения и профилактики аллергии может принести пользу не только вашему ребенку, но и другим детям, страдающим от этого заболевания.

Поддержка групп взаимопомощи: Общение с другими родителями, чьи дети имеют аналогичные проблемы, может быть полезным источником информации и моральной поддержки.

Разработка индивидуального плана действий: Совместно с врачом разработайте план мероприятий по профилактике и лечению аллергии, учитывающий особенности вашего ребенка.

Адекватная реакция на стресс: Научитесь распознавать признаки стресса у ребенка и помогайте ему справляться с ними, чтобы снизить негативное влияние стресса на иммунную систему.

Обучение ребенка самостоятельности: По мере взросления учите ребенка самостоятельно заботиться о своем здоровье, следуя рекомендациям врачей и соблюдая правила безопасности.

Тщательная проверка этикеток: Всегда проверяйте состав продуктов питания, лекарств и косметических средств, чтобы исключить попадание аллергенов в организм ребенка.

Создание безопасного пространства: Организуйте пространство вокруг ребенка таким образом, чтобы минимизировать риски случайного контакта с аллергенами.

Внимание к мелочам: Даже незначительные факторы, такие как тип ткани одежды или материал игрушек, могут оказывать влияние на развитие аллергии, поэтому будьте внимательны ко всем аспектам повседневной жизни ребенка.

Оптимизм и позитивный настрой: Поддерживайте позитивный настрой и веру в возможность успешного преодоления трудностей, связанных с аллергией, что поможет ребенку чувствовать себя увереннее и спокойнее.

Эти рекомендации помогут вам создать условия для снижения риска развития аллергии у вашего ребенка и обеспечить ему здоровое и счастливое детство.

Условия выполнения задания :

- 1 Место (время) выполнения задания: задание выполняется во внеаудиторное время
2. Максимальное время выполнения задания: **6 час.**

3. глобальной сетью

Шкала оценки образовательных достижений:

Критерии :

- 1.извлечение необходимой информации из подобранных источников.
- 2.умение перевести информацию из текста в слайды.
- 3.полнота и логичность раскрытия темы
4. правильность оформления работы.
- 5.соответствие поставленным целям.

Самостоятельная работа № 9

Наименование: Подготовка рекомендаций для родителей «Берегите зрение детей»

Цель работы: осуществить контроль обучения, продолжить систематизацию знаний, выявить уровень усвоения материала, сформированности умений и навыков по созданию рекомендаций для родителей.

Задание: 1.Подготовить рекомендацию по теме: «Берегите зрение детей» (опираясь на лекционный материал).

2.Оформить в виде буклета.

Примерный план:

Зрение — один из важнейших органов чувств человека, особенно важно следить за ним в детском возрасте, когда оно активно развивается. Вот несколько рекомендаций для родителей, чтобы сохранить и поддержать хорошее зрение у ребенка:

1. Контроль над временем, проведенным перед экраном

Современные дети проводят много времени перед экранами (телевизор, компьютер, планшет, телефон). Это негативно влияет на глаза: перенапряжение глазных мышц, сухость роговицы, ухудшение аккомодации. Чтобы минимизировать риск:

- Ограничьте время просмотра телевизора, игр на компьютере/планшете до 30-60 минут в день для дошкольников и младших школьников.
- Соблюдайте правило "20-20-20": каждые 20 минут делать перерыв на 20 секунд, смотреть вдаль на расстояние минимум 6 метров.

2. Правильное освещение

Убедитесь, что рабочее место ребёнка хорошо освещено. Использование тусклого света или чтение/письмо при недостаточном освещении может вызвать напряжение глаз. Если ребенок читает или пишет, свет должен падать слева (для правой руки).

3. Регулярные проверки зрения

Даже если ребёнок не жалуется на проблемы со зрением, рекомендуется регулярно посещать офтальмолога начиная с раннего возраста. Первые обследования проводятся ещё в младенчестве, затем примерно раз в год.

4. Физическая активность и спорт

Физические упражнения улучшают кровообращение и укрепляют мышцы всего тела, включая глазные. Прогулки на свежем воздухе также полезны для расслабления глаз после длительного напряжения.

5. Полноценное питание

Для здоровья глаз важны витамины А, С, Е, цинк и лютеин. В рацион ребенка включайте такие продукты, как морковь, черника, шпинат, яйца, рыба, орехи, цитрусовые. Важно поддерживать баланс белков, жиров и углеводов.

6. Учеба и отдых

Старайтесь организовать учебный процесс таким образом, чтобы периоды работы чередовались с периодами отдыха. Чередование нагрузки на глаза помогает избежать переутомления.

7. Избегание вредных привычек

Учите ребенка правильно сидеть во время чтения и письма: держать спину прямо, избегать наклона головы близко к книге или тетради. Следите, чтобы ребенок не тер подбородок руками, так как это способствует развитию неправильной осанки и ухудшению кровообращения.

8. Обучение гигиене глаз

Объясните ребенку важность правильного ухода за глазами: не тереть их грязными руками, мыть руки перед использованием контактных линз (если они есть), аккуратно пользоваться косметическими средствами.

9. Соблюдение режима сна

Недостаток сна также может влиять на состояние глаз. Детям школьного возраста нужно спать около 9–11 часов в сутки, чтобы организм мог полноценно восстановиться.

10. Профилактика травм

Избегайте опасных игр, где возможно попадание мелких предметов в глаза. Научите ребёнка правилам безопасности: нельзя трогать глаза руками, особенно если они загрязнены.

Следуя этим рекомендациям, вы сможете значительно снизить риски развития проблем со зрением у вашего ребенка.

Условия выполнения задания :

- 1 Место (время) выполнения задания: задание выполняется во внеаудиторное время
2. Максимальное время выполнения задания: **4 час.**

3. глобальной сетью

Шкала оценки образовательных достижений:

Критерии :

- 1.извлечение необходимой информации из подобранных источников/
- 2.умение перевести информацию из текста в таблицу
- 3.полнота и логичность раскрытия предложенных терминов
- 4.самостоятельность мышления
5. правильность оформления работы.

Самостоятельная работа № 10

Наименование: Подготовка сообщения «Кожные болезни и их профилактика»

Цель работы: осуществить контроль обучения, продолжить систематизацию знаний, выявить уровень усвоения материала, сформированности умений и навыков

1. Задание: Подготовьте индивидуальные сообщения на одну из предложенных тем:

- 1 Псориаз
- 2.Крапивница
3. Чесотка

Заболевания кожи у детей — это довольно распространенная проблема, которая может иметь различные причины: от инфекций до аллергий и генетической предрасположенности. Вот некоторые наиболее распространенные кожные заболевания у детей:

1. Атопический дерматит (экзема)

Это хроническое воспалительное заболевание кожи, которое проявляется зудящими высыпаниями. Чаще всего встречается у младенцев и маленьких детей. Основные симптомы включают покраснения, сухость кожи, шелушение и сильный зуд. Атопический дерматит часто связан с аллергией и наследственностью.

2. Псориаз

Хроническое аутоиммунное заболевание, характеризующееся появлением красных пятен с серебристо-белым налетом. Псориаз может проявляться у детей любого возраста и имеет тенденцию обостряться после стресса или инфекции.

3. Крапивница (уртикария)

Внезапное появление зудящих волдырей на коже, вызванное аллергическими реакциями на пищу, лекарства, укусы насекомых или другие факторы. Крапивница чаще всего проходит самостоятельно через несколько часов или дней.

4. Импетиго

Бактериальная инфекция кожи, проявляющаяся мелкими пузырьками и корочками желтого цвета. Часто возникает вокруг носа и рта, особенно у малышей. Лечение включает применение местных антибиотиков.

5. Опоясывающий лишай (герпес зостер)

Инфекция, вызываемая вирусом ветряной оспы, который остается в организме после перенесенной ветрянки. Проявляется в виде болезненных пузырьков вдоль нервов. У детей встречается реже, чем у взрослых, но требует лечения противовирусными препаратами.

6. Себорейный дерматит

Заболевание, поражающее кожу головы, бровей и складок кожи. Выражается в виде жирных чешуек и покраснений. У новорожденных может проявляться в виде "колыбельной шапочки". Себорейный дерматит обычно проходит сам собой, но иногда требует специального ухода.

7. Контактный дерматит

Реакция кожи на воздействие раздражающих веществ, таких как мыло, моющие средства, косметика или растения. Проявляется покраснением, зудом и иногда волдырями.

8. Витилиго

Аутоиммунное заболевание, приводящее к утрате пигментации участков кожи. На теле появляются белые пятна различной формы и размера. Причины витилиго до конца не изучены, но оно может начаться в любом возрасте.

9. Чесотка

Заражение клещом *Sarcoptes scabiei*, вызывающее сильный зуд, особенно ночью. Чесоточные ходы видны на коже в виде тонких линий. Требуется специфического лечения противопаразитарными средствами.

Лечение кожных заболеваний у детей

Лечение зависит от конкретного диагноза и степени тяжести заболевания. Оно может включать:

Местную терапию мазями и кремами,

Противоаллергические препараты,

Антибиотики (при бактериальных инфекциях),

Противогрибковые средства,

Системные медикаменты (например, кортикостероиды).

Также важно соблюдать гигиену кожи, избегать аллергенов и использовать увлажняющие кремы для поддержания здоровья кожи ребенка.

Важно обратиться к педиатру или детскому дерматологу для точной диагностики и назначения адекватного лечения

Условия выполнения задания :

- 1 Место (время) выполнения задания: задание выполняется во внеаудиторное время
2. Максимальное время выполнения задания: **6 час.**
3. глобальной сетью

Шкала оценки образовательных достижений:

Критерии :

- 1.извлечение необходимой информации из подобранных источников.
- 2.полнота и логичность раскрытия предложенной темы.
- 3.самостоятельность мышления
4. правильность оформления работы.

Самостоятельная работа № 11

Наименование: Подготовка практических советов для родителей по предупреждению распространения инфекций среди детей.

Цель работы: осуществить контроль обучения, продолжить систематизацию знаний, выявить уровень усвоения материала, сформированности умений и навыков

Задание: 1.Подготовить практические советы для родителей по предупреждению распространения инфекций среди детей.

2.Оформить в виде памятки

Примерный план для оформления памятки.

Практические советы для родителей по предупреждению распространения инфекций среди детей.

Предупреждение распространения инфекций среди детей — важная задача для родителей. Вот несколько практических советов, которые помогут снизить риск заражения:

1. Гигиена рук

Регулярно мойте руки ребенка водой с мылом, особенно после посещения туалета, перед едой и после игр на улице.

Используйте антисептики на основе спирта, когда нет возможности помыть руки.

2. Чистота дома

Поддерживайте чистоту в доме: регулярно проводите влажную уборку, проветривайте помещения.

Особое внимание уделяйте местам общего пользования (ванная комната, кухня).

3. Правильное питание

Обеспечьте ребенку сбалансированное питание, богатое витаминами и минералами.

Включайте в рацион фрукты, овощи, молочные продукты, мясо и рыбу.

4. Режим дня

Соблюдайте режим сна и отдыха: дети должны спать достаточное количество часов в зависимости от возраста.

Активный образ жизни способствует укреплению иммунитета.

5. Прививки

Следуйте календарю прививок, рекомендованному педиатром.

Вакцинация помогает защитить ребенка от многих инфекционных заболеваний.

6. Избегание контактов с больными

Ограничьте контакты ребенка с людьми, имеющими симптомы простудных заболеваний.

Если кто-то из членов семьи заболел, постарайтесь изолировать его до выздоровления.

7. Использование индивидуальных предметов гигиены

У каждого члена семьи должны быть свои полотенца, зубные щетки и другие предметы личной гигиены.

Не делитесь этими предметами между членами семьи.

8. Здоровый образ жизни

Поощряйте физическую активность и занятия спортом.

Избегайте курения в присутствии ребенка.

9. Обучение детей правилам гигиены

Объясняйте детям важность мытья рук, правильного питания и здорового образа жизни.

Учите их правильно чихать и кашлять (в сгиб локтя или салфетку).

10. Профилактика сезонных заболеваний

В период эпидемий гриппа и ОРВИ используйте маски в общественных местах.

Принимайте витаминные комплексы для укрепления иммунитета.

Следуя этим рекомендациям, вы сможете значительно снизить риск распространения инфекций среди ваших детей.

Условия выполнения задания :

1 Место (время) выполнения задания: задание выполняется во внеаудиторное время

2. Максимальное время выполнения задания: **6 час.**

3. глобальной сетью

Шкала оценки образовательных достижений:

Критерии :

- 1.извлечение необходимой информации из подобранных источников
- 2.умение перевести информацию из текста в таблицу
- 3.полнота и логичность раскрытия предложенных терминов
- 4.самостоятельность мышления
5. правильность оформления работы.

Самостоятельная работа № 12

Наименование: Разработка памятки для родителей «Осторожно, грипп»

Цель работы: осуществить контроль обучения, продолжить систематизацию знаний, выявить уровень усвоения материала, сформированности умений и навыков по данной теме.

Задание: 1.Составьте комплекс практических рекомендаций родителям детей старшего дошкольного возраста по теме: «Осторожно, грипп»

2. Оформите в виде памятки.

Примерный план.

Памятка для родителей: Осторожно, грипп!

Грипп — это острое инфекционное заболевание дыхательных путей, вызываемое вирусом гриппа. Грипп легко передается от человека к человеку воздушно-капельным путем (при кашле, чихании, разговоре), а также через предметы общего пользования (дверные ручки, игрушки и т.д.). Заболевание начинается внезапно и сопровождается высокой температурой тела, головной болью, ломотой в мышцах и суставах, общей слабостью.

Основные симптомы гриппа у детей:

Высокая температура: до 39°C и выше.

Слабость: ребенок становится вялым, теряет аппетит.

Боль в горле, кашель, насморк.

Головная боль, боли в мышцах и суставах.

Возможна рвота или диарея.

Профилактика гриппа:

Вакцинация: Ежегодная вакцинация против гриппа является наиболее эффективным способом защиты вашего ребенка от заболевания.

Личная гигиена:

Регулярное мытье рук с мылом.

Использование одноразовых салфеток при чихании и кашле.

Избегание прикосновений грязными руками к лицу, особенно к глазам, носу и рту.

Укрепление иммунитета:

Здоровое питание, богатое витаминами и минералами.

Регулярные прогулки на свежем воздухе.

Достаточный сон и отдых.

Изоляция больного: Если кто-то в семье заболел, постарайтесь изолировать его от остальных членов семьи, чтобы предотвратить распространение инфекции.

Проветривание помещений: Регулярно проветривайте комнаты, где находится ваш ребенок, чтобы снизить концентрацию вируса в воздухе.

Ограничение контактов: По возможности ограничьте посещение общественных мест во время эпидемий гриппа.

Увлажнение воздуха: Поддерживайте оптимальный уровень влажности в помещении, чтобы слизистые оболочки носа и горла оставались влажными и менее восприимчивыми к вирусу.

Витаминотерапия: Прием витаминов, особенно витамина С, может помочь укрепить иммунную систему.

Своевременное обращение к врачу: При первых признаках болезни обратитесь к педиатру для назначения адекватного лечения.

Противовирусные препараты: Используйте противовирусные средства только по назначению врача.

Лечение гриппа:

Постельный режим: Обеспечьте ребенку покой и комфорт.

Обильное питье: Давайте больше теплой жидкости (чай с малиной, лимоном, компоты).

Жаропонижающие средства: Применяйте жаропонижающие препараты строго по инструкции и рекомендации врача.

Симптоматическое лечение: Используйте лекарства для облегчения симптомов (противокашлевые, сосудосуживающие капли в нос и т.д.).

Антибиотики: Антибиотики неэффективны против вирусов, их назначают только при бактериальных осложнениях.

Важно помнить:

Самолечение может быть опасным! Всегда консультируйтесь с врачом перед началом любого лечения.

Грипп может привести к серьезным осложнениям, таким как пневмония, бронхит, отит и другие.

Следуя этим рекомендациям, вы сможете защитить своего ребенка от гриппа и обеспечить ему быстрое выздоровление в случае заболевания. Будьте здоровы!

Условия выполнения задания :

- 1 Место (время) выполнения задания: задание выполняется во внеаудиторное время
2. Максимальное время выполнения задания: 4час.
3. глобальной сетью

Шкала оценки образовательных достижений:

Критерии :

- 1.извлечение необходимой информации из подобранных источников
- 2.умение перевести информацию из текста в таблицу
- 3.полнота и логичность раскрытия предложенных терминов
- 4.самостоятельность мышления
5. правильность оформления работы.

Самостоятельная работа № 13

Наименование: Разработка тематики консультаций для родителей по теме «Сохранение и укрепление здоровья детей в семье»

Цель работы: осуществить контроль обучения, продолжить систематизацию знаний, выявить уровень усвоения материала, сформированности умений и навыков по данной теме.

Задание: 1.разработать тематику консультаций для родителей по теме «Сохранение и укрепление здоровья детей в семье» (пользуясь примерным планом тем для консультации)

Тематика консультаций для родителей по сохранению и укреплению здоровья детей в семье должна охватывать широкий спектр вопросов, касающихся физического, психического и социального благополучия ребенка. Вот примерный план тем для консультаций:

1. Основы здорового образа жизни

Правильное питание: Рекомендации по составлению сбалансированного рациона питания для детей разного возраста. Важность витаминов и минералов.

Физическая активность: Необходимость регулярных физических упражнений и игр на свежем воздухе. Примерные комплексы упражнений для дома и улицы.

Режим дня: Значение режима сна и бодрствования для детского организма. Рекомендации по установлению и поддержанию режима.

2. Профилактика заболеваний

Гигиена: Основные правила личной гигиены для детей. Как научить ребенка соблюдать чистоту тела и окружающей среды.

Иммунитет: Способы укрепления иммунной системы ребенка. Роль закаливания и вакцинации.

Профилактика инфекционных заболеваний: Меры предосторожности против распространенных детских инфекций (гриппа, ОРВИ, кишечных инфекций).

3. Психическое здоровье

Эмоциональное развитие: Важность эмоциональной поддержки и общения с ребенком. Методы развития уверенности в себе и саморегуляции.

Психологическая безопасность: Создание безопасной и поддерживающей атмосферы в семье. Признаки стресса и способы его снижения.

Социальная адаптация: Помощь ребенку в установлении контактов с окружающими, развитие коммуникативных навыков.

4. Безопасность в быту

Предотвращение травм: Основные источники опасности в доме и на улице. Правила безопасности при игре и активных занятиях.

Первая помощь: Базовые знания и навыки оказания первой помощи детям при различных травмах и состояниях.

Безопасность на дороге: Обучение правилам дорожного движения и поведения вблизи дорог.

5. Образование и воспитание

Развитие познавательных способностей: Игры и занятия, способствующие развитию памяти, внимания и логического мышления.

Семейные ценности: Формирование здоровых семейных традиций и ценностей, влияющих на поведение и мировоззрение ребенка.

Воспитание ответственности: Развитие самостоятельности и ответственности через выполнение домашних обязанностей и участие в семейных делах.

6. Медицинское сопровождение

Регулярные медицинские осмотры: Важность регулярных визитов к педиатру и специалистам. Календарь прививок и диспансеризации.

Заболевания и лечение: Информация о наиболее распространенных детских заболеваниях, методы лечения и профилактики.

Лекарства и витамины: Правильное использование медикаментов и витаминных комплексов. Опасности самолечения.

Эти темы помогут родителям получить необходимые знания и навыки для сохранения и укрепления здоровья их детей, а также создать благоприятную атмосферу для гармоничного развития ребенка в семье.

Условия выполнения задания :

- 1 Место (время) выполнения задания: задание выполняется во внеаудиторное время
2. Максимальное время выполнения задания: 5час.
3. глобальной сетью

Шкала оценки образовательных достижений:

Критерии :

- 1.извлечение необходимой информации из подобранных источников.
- 2.полнота и логичность раскрытия предложенной темы.
- 3.самостоятельность мышления
4. правильность оформления работы.

Литература:

Основные источники: Образовательная платформа Юрайт <https://urait.ru/bcode/44796>

1. Голубев, В.В. Макарова Л.В. Медико-биологические основы здоровья детей дошкольного возраста: учеб. для студ. учреждений. проф. образ. / В. В. Голубев. – 2-е изд., стер. – Москва: Академия, 2018. – 240 с. 3.2.2.

Дополнительные источники:

1. Никитушкин, В. Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии [Электронный учебник]:

учебное пособие для СПО / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва: Юрайт, 2017. – 217 с. – Режим доступа: <https://biblionline.ru/book/2106477F-6895-4158-BA80-15321E06DB63> (ЭБС «Юрайт»)

3.2.3. Интернет – ресурсы: