

ДЕПАРТАМЕНТ ВНУТРЕННЕЙ И КАДРОВОЙ ПОЛИТИКИ БЕЛГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ  
Областное государственное автономное  
профессиональное образовательное учреждение  
«СТАРООСКОЛЬСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»  
(ОГАПОУ СПК)

**Методические рекомендации по организации  
самостоятельной работы студентов колледжа по  
МДК.01.01. Медико-биологические и социальные  
основы здоровья**

**Специальность: 44.02.01 Дошкольное образование**

Старый Оскол

Методические рекомендации составлены в соответствии с рабочей программой ФГОС СПО по **МДК.01.01. Медико-биологические и социальные основы здоровья для специальности: 44.02.01 Дошкольное образование**

**Составитель:**

**Сорокотягина Л.А.** преподаватель медико-биологических дисциплин  
ОГАПОУ «Старооскольский педагогический колледж»

## ПРЕДИСЛОВИЕ

Методические рекомендации составлены в соответствии с программными требованиями к содержанию обучения студентов педагогического колледжа по подготовке специалистов среднего звена по МДК 01.01 Медико-биологические и социальные основы детей дошкольного возраста для специальности 44.02.01 Дошкольное образование. Важное место в профессиональной подготовке студента отводится формированию первоначальных понятий и навыков квалифицированного, профессионального общения. Введение курса МДК 01.01 Медико-биологические и социальные основы здоровья детей дошкольного возраста обусловлено требованиями современного общества, так как при его изучении студенты овладевают комплексно- теоретическими и практическими знаниями в области воспитания здорового поколения как физически, так и психически. Это является основой для подготовки педагога.

Особое место в системе подготовки будущего специалиста отводится самостоятельной работе. Цель самостоятельной работы – содействие оптимальному усвоению студентами учебного материала, развитие их познавательной активности, готовности и потребности в самообразовании.

Задачи самостоятельной работы:

- углубление и систематизация знаний;
- постановка и решение познавательных задач;
- развитие умений работы с различной по объему и виду информацией, учебной и научной литературой;
- практическое применение знаний, умений;
- развитие навыков организации самостоятельного учебного труда и контроля за его эффективностью.

При выполнении заданий самостоятельной работы студентам предстоит:

- самостоятельная формулировка проблемных вопросов;
- сбор и изучение информации;
- анализ, систематизация и трансформация информации; • отображение информации в необходимой форме;

- консультация у преподавателя;
- оформление работы;
- представление работы на оценку преподавателя или группы.

По итогам самостоятельной работы студенты должны:

- развить такие универсальные умения, как умение учиться самостоятельно, принимать решения, проектировать свою деятельность и осуществлять задуманное,
- проводить исследование, осуществлять и организовывать коммуникацию;
- научиться проводить рефлексию: формулировать получаемые результаты, цели дальнейшей работы;
- познать радость самостоятельных побед, открытий, творческого поиска.

Самостоятельная работа направлена на формирование следующих общих и профессиональных компетенций студента по специальности 44.02.01 Дошкольное образование:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий

ПК 2.1. Планировать различные виды деятельности и общения детей в течение дня

ПК 2.2. Организовывать различные игры с детьми раннего и дошкольного возраста

ПК 2.4. Организовывать общение детей

ПК 2.7. Анализировать процесс и результаты организации различных видов деятельности и общения детей

ПК 5.2. Создавать в группе предметно - развивающую среду

ПК 5.4. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений ПК

5.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области дошкольного образования.

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>Раздел, тема</b>	<b>Содержание самостоятельной работы</b>
Тема 1.1 Здоровье в системе понятий и представлений	- отработка конспекта лекция; - изучение вопросов по теме; - выполн. творческих заданий
Тема 1.2 Возрастные и анатомо-физиологические особенности детей дошкольного возраста	- отработка конспекта лекция; - изучение вопросов по теме; - выполн. творческих заданий
Тема 1.3 Факторы, влияющие на здоровье и физическое развитие детей	- отработка конспекта лекция; - изучение вопросов по теме; - выполн. творческих заданий
Тема 1.4 Функциональная готовность детей к системному обучению	- отработка конспекта лекция; - изучение вопросов по теме; - выполн. творческих заданий
Тема 2.1 Режим дня в ДОУ	- отработка конспекта лекция; - изучение вопросов по теме; - выполн. творческих заданий
Тема 2.2 Режим и гигиена питания в ДОУ	- отработка конспекта лекция; - изучение вопросов по теме; - выполн. творческих заданий
Тема 2.3 Гигиена закаливания детей дошкольного возраста	- отработка конспекта лекция; - изучение вопросов по теме; - выполн. творческих заданий
Тема 3.1 Гигиеническое обучение и воспитание в ДОУ	- отработка конспекта лекция; - изучение вопросов по теме; - выполн. творческих заданий

## **2. Задания для письменной самостоятельной работы студентов**

(вариант- по выбору студента)

### **ВАРИАНТ 1**

1. Нарушение обмена веществ в детском возрасте. Основные заболевания, их симптоматика, профилактика и предупреждение.
2. Группы здоровья дошкольников. Комплексная оценка состояния здоровья ребенка в образовательном учреждении.
3. Практическое задание:  
Составить практические рекомендации родителям детей среднего дошкольного возраста в виде санитарного бюллетеня по теме: «Первая доврачебная помощь при ушибах и растяжениях».

### **ВАРИАНТ 2**

1. Характеристика инфекционных заболеваний детей с воздушно-капельным путем передачи, симптомы, этиология, лечение, профилактика.
2. Особенности медицинского обслуживания в дошкольном учреждении.
3. Практическое задание:  
Составить практические рекомендации родителям детей старшего дошкольного возраста в виде санитарного бюллетеня по теме: «Первая помощь при тепловом и солнечном ударе у детей».

### **ВАРИАНТ 3**

1. Аллергические состояния в детском возрасте, особенности их протекания, виды, симптоматика, этиология, профилактика и предупреждение данных состояний у детей.
2. Особенности гигиенического воспитания детей различных возрастных групп в ДООУ.
3. Практическое задание:

Составить практические рекомендации родителям детей среднего дошкольного возраста в виде санитарного бюллетеня по теме: «Первая доврачебная помощь детям при ожогах».

#### ВАРИАНТ 4

1.Нарушение опорно-двигательного аппарата у дошкольников и их профилактика.

2.Гигиенические требования к освещенности, световому и тепловому режиму в ДОУ.

3. Практическое задание:

Составить практические рекомендации родителям детей подготовительной группы в виде санитарного бюллетеня по теме: «Первая доврачебная помощь при попадании инородного тела в ухо, нос, глаза ребенка».

#### ВАРИАНТ 5

1.Инфекционные заболевания дошкольников с фекально-оральным механизмом передачи, их классификация, симптомы, этиология, лечение и профилактика. (дизинтирия, сальмонеллез).

2. Сущность и основные принципы закаливания дошкольников. Закаливание водой, воздухом и солнцем, особенности проведения этих мероприятий в ДОУ. Их значение.

3. Практическое задание:

Составить сбалансированное полноценное меню питания дошкольников средней возрастной группы (на 7 дней) с учетом калорийности, энергозатрат.

#### ВАРИАНТ 6

1.Хронические детские болезни, их характеристика, классификация, симптоматика, этиология, особенности протекания, лечение и профилактика.

2.Основные гигиенические требования к организации сна детей дома и в ДОУ.



### 3. Практическое задание

Составить комплексный режим дня дошкольников младшей возрастной группы, с учетом его требования в ДОУ и дома.

## ВАРИАНТ 7

1. Гнойничковые заболевания кожи детей, их характеристика, классификация, этиология, особенности протекания, предупреждение и профилактика.

2. Особенности рационального питания детей дома и в ДОУ.

### 3. Практическое задание:

Составить практические рекомендации родителям дошкольников в виде санитарного бюллетеня по теме: «Первая доврачебная помощь при различных видах отравлений детей».

## ВАРИАНТ 8

1. Гельминтозы в детском возрасте, их характеристика, классификация, симптоматика, этиология, особенности проведения профилактики.

2. Гигиенические требования к одежде и обуви дошкольника в разные сезоны года.

### 3. Практическое задание:

Составить практические рекомендации родителям дошкольников в виде санитарного бюллетеня по теме: «Первая доврачебная помощь ребенку при различных видах отморожений».

## ВАРИАНТ 9

1. Неспецифические факторы защиты. Иммуитет, его виды, значение. Особенности иммунопрофилактики в ДОУ для дошкольников.

2. Физиолого-гигиенические обоснования режима дня дошкольника, основные понятия режима, значение проведения режима в ДОУ и дома.

### 3. Практическое задание:

Составить практические рекомендации родителям дошкольников в виде санитарного бюллетеня по теме: «Первая доврачебная помощь ребенку при острой дыхательной недостаточности».

### ВАРИАНТ 10

1. Заболевания нервной системы дошкольников, их предупреждение, особенности протекания, виды, симптомы, лечение.

2. Гигиена учебной деятельности дошкольников в ДОУ. Факторы, влияющие на организацию занятий. Особенности проведения этих занятий.

3. Практическое задание:

Составить практические рекомендации родителям дошкольников в виде санитарного бюллетеня по теме: «Первая помощь ребенку при укусах пчел, ос и ядовитых насекомых».

### ВАРИАНТ 11

1. Болезни верхних дыхательных путей дошкольников. Характеристика острых и хронических заболеваний, классификация симптоматика, лечение и профилактика.

2. Определение понятия «здоровье», критерии и факторы, определяющие здоровье. Комплексная оценка состояния здоровья дошкольников.

3. Практическое задание:

Составить комплекс проведения закаливающих процедур, с использованием фактора-воды в ДОУ. (для старшей возрастной группы).

### ВАРИАНТ 12

1. Общие закономерности возникновения, распространения и прекращения инфекционных болезней у детей. Инфекционный процесс и его развитие. Эпидемический процесс, его основные факторы и закономерности.

2. Определение понятия «болезни». Классификация болезней детей раннего и дошкольного возраста.

3. Практическое задание:

Составить комплекс проведения закаливающих процедур, с использованием фактора-воздуха в ДОО. (для младшей возрастной группы).

### ВАРИАНТ 13

1. Виды нарушения зрения в детском возрасте. Профилактика нарушений. Цветовое зрение ребенка и виды его нарушения.

2. Гигиенические требования к организации занятий по физическому развитию детей. Рекомендуемая одежда при проведении занятий по физической культуре.

3. Практическое задание:

Составить комплекс практических мероприятий для родителей дошкольников по оказанию первой доврачебной помощи при наружном кровотечении.

### ВАРИАНТ 14.

1. Особенности и принципы оказания первой доврачебной медицинской помощи ребенку при различных видах неотложных состояниях.

2. Личная гигиена дошкольника. Особенности проведения основных гигиенических процедур у детей.

3. Практическое задание:

Составить комплекс практических мероприятий для родителей дошкольников по методикам проведения непрямого массажа сердца и искусственного дыхания у детей при неотложных состояниях.

### ВАРИАНТ 15

1. Гигиенические требования к питанию детей. Особенности организации правильного питания в ДОО и дома. Санитарно-гигиенические требования к продуктам питания.

2. Витамин в питании детей, их характеристика; классификационные группы (водо- и жирорастворимые). Значение в питании. Заболевания, при недостатке витаминов в питании.

3. Практическое задание:

Составить практические рекомендации родителям дошкольников в виде санитарного бюллетеня по теме: «Рациональное питание дошкольников».

## **2. Темы для рефератов:**

1. Гигиенические особенности микроклимата дошкольных учреждений;
2. Гигиенические требования к планировке помещений дошкольного учреждения;
3. Гигиенические требования к оборудованию помещений дошкольного учреждения;
4. Санитарное состояние и содержание дошкольных учреждений.
5. Физиолого-гигиеническое обоснование режима дня дошкольников разных возрастных групп;
6. Гигиена учебной деятельности дошкольников в дошкольном учреждении.
7. Гигиенические требования к трудовой деятельности дошкольников в ДОО.
8. Гигиенические требования к прогулкам и экскурсиям в ДОО.
9. Гигиенические требования к игрушкам в ДОО.
10. Гигиенические требования к организации сна детей.
11. Рациональное питание детей в ДОО.
12. Особенности вскармливания детей первого года жизни.
13. Санитарно-гигиенические требования к доставке, приему, качеству, условиям хранения, реализации пищевых продуктов в ДОО.
14. Основные санитарные требования к кулинарной обработке продуктов.
15. Факторы закаливания дошкольников.
16. Группы здоровья дошкольников.
17. Определение понятия болезни, классификация детских болезней раннего и дошкольного возраста.

18. Гигиенические требования к освещенности в ДОУ.
19. Гигиенические требования к цветовому оформлению помещений в ДОУ.
20. Основные принципы оказания первой доврачебной помощи в ДОУ.
21. Методика проведения искусственного дыхания и наружного массажа сердца.
22. Первая доврачебная помощь при тепловом и солнечном ударе.
23. Первая доврачебная помощь при укусах змей и насекомых.
24. Первая доврачебная помощь при переломах костей.
25. Первая доврачебная помощь при синдроме длительного сдавливания.
26. Первая доврачебная помощь при внутреннем кровотечении.
27. Основные звенья комплекса противошоковых мероприятий.
28. Общая характеристика закрытых и открытых механических травм и возможных их осложнений.
29. Общая характеристика травм. Шок, его проявления, комплекс противошоковых мероприятий.
30. Особенности реанимации у детей. Виды проведения противошоковых мероприятий.

**3. Оформить два санитарных бюллетеня для родителей, с практическими рекомендациями по следующей тематике:**

1. Закаливание дошкольника дома.
2. Профилактика и лечение гриппа.
3. Профилактика пищевых отравлений у дошкольников.
4. Профилактика нарушений осанки в детском возрасте.
5. Плоскостопие. Предупреждение плоскостопия в детском возрасте.
6. Профилактика кишечных инфекций в детском возрасте.
7. Личная гигиена дошкольника.
8. Гигиена одежды и обуви дошкольников.
9. Профилактика дизентерии у детей.
10. Гельминтозы в детском возрасте.

11. Нарушение пищеварения у детей. Диспепсия в детском возрасте.
12. Кожные болезни детей, их профилактика.
13. Первая помощь при тепловом и солнечном ударе.
14. Витамины, в питании детей.
15. Полноценное питание дошкольников.
16. Неврозы в детском возрасте.
17. Нарушение зрения в детском возрасте.
18. Сальмонеллез, его профилактика.
19. Первая помощь при кровотечениях.
20. Туберкулез и его профилактика.
21. Ревматизм в детском возрасте и его профилактика.
22. Режим дня дошкольника дома.
23. Группа здоровья дошкольников.
24. Профилактика рахита в детском возрасте.
25. Основные принципы закаливания детей.
26. Гигиена сна дошкольников.
27. Гигиена трудовой деятельности дошкольников.
28. Нарушение слуха в детском возрасте.
29. Иммунитет.
30. Физическое развитие как важный показатель состояния здоровья дошкольников.

#### **4. Практические задания:**

1. Составить рекомендуемый набор продуктов питания в день на 1 ребенка (12-часовое пребывание) в ДОУ.
2. Составить полноценное 7-дневное меню питания дошкольников младшей возрастной группы.
3. Составить полноценное 7-дневное меню питания дошкольников средней возрастной группы.
4. Составить полноценное 7-дневное меню питания дошкольников старшей возрастной группы.
5. Составить перечень одежды для младших дошкольников на прогулке в летнее время года при средней двигательной активности.

6. Составить перечень одежды для среднего дошкольника на прогулке в летнее время года при средней двигательной активности
7. Составить календарь профилактических прививок в ДООУ для дошкольников.
8. Составить таблицу общей и местной реакции детей на профилактические прививки.
9. Составить комплекс закаливающих процедур (с использованием фактора – воды) для среднего дошкольника в ДООУ.
10. Составить комплекс закаливающих процедур (с использованием фактора – воздуха) для старшего дошкольника в ДООУ.
11. Составить комплекс закаливающих процедур (с использованием фактора – солнца) для среднего дошкольника в ДООУ.
12. Составить комплекс мероприятий по проведению искусственного дыхания и наружного массажа сердца при неотложных состояниях детей.
13. Составить комплекс мероприятий по оказанию первой медицинской доврачебной помощи ребенку при отравлении лекарственными препаратами.
14. Составить комплекс мероприятий по оказанию первой медицинской доврачебной помощи ребенку при бутулизме.
15. Составить комплекс мероприятий по оказанию первой медицинской доврачебной помощи ребенку при попадании инородного тела в глаз.
16. Составить комплекс мероприятий по оказанию первой медицинской доврачебной помощи ребенку при попадании инородного тела в дыхательные пути.
17. Составить комплекс мероприятий по оказанию первой медицинской доврачебной помощи дошкольнику при вывихе и растяжении в суставе.
18. Составить перечень рекомендуемой одежды для дошкольников при проведении занятий по физической культуре.
19. Составить перечень гигиенических требований к игрушкам дошкольников.

20. Составить комплексный режим дня для дошкольников подготовительной к школе группы в ДОУ.
21. Составить комплекс методик оценивания физического развития ребенка (соматология, соматоскопия, физиометрия).
22. Составить комплекс мероприятий по медицинскому обследованию детей в ДОУ.
23. Составить программу или план проведения оздоровительных процедур для дошкольников (разных возрастных групп) в ДОУ.
24. Составить комплекс лечебно-профилактической помощи детям в ДОУ.
25. Составить комплекс мероприятий по санитарному просвещению и гигиенической подготовки персонала в дошкольных учреждениях.
26. Изготовить книжку-раскладушку по теме: «Витамины в питании детей».
27. Изготовить книжку-раскладушку по теме: «Личная гигиена дошкольника».
28. Изготовить буклет для родителей дошкольников по теме: «Режим дня дошкольника дома».
29. Изготовить буклет для родителей дошкольников по теме: «Закаливание ребенка дома».
30. Изготовить книжку-раскладушку по теме: «Гигиена одежды и обуви дошкольников».



Рекомендуемая, основная и дополнительная литература  
и интернет-источники,

Основные источники:

1. Антропова М.В. Гигиена детей и подростков: учеб.пособие для студентов высш. учеб. заведений.-М.: Медицина, 2016 – 218с.
2. Бениаминова М.В. Воспитание детей: учеб.пособие для студентов высш. учеб. заведений.-М.: Академия, 2015 – 320с.
3. Богоявленский В.Ф. Диагностика и доврачебная помощь при неотложных состояниях.-СПб., Гиппократ, 2019-180с.
4. Буянов В.М. Первая медицинская помощь: учебник.-7-е изд.,перераб.и доп.- М.: Медицина, 2019 -224с.
5. Детские болезни /под ред. Л.А. Исаева и других/.- М.: Академия, 2016-166с.
6. Диагностика и профилактика ранних отклонений в состоянии здоровья детей под редакцией В.А.Доскина/.- М.: Медицина, 2016 – 250с.
7. Кузлинева А.Т., Шарлай Н.В. Детские инфекционные болезни. Учебник.- 3-е издание., перераб. И доп. – М.: Медицина, 2017 -312с.
8. Красильникова И.М. Неотложная доврачебная медицинская помощь: учебное пособие/ И.М.Красильникова, Е.Г. Моисеева/.-М.: АНМИ, 2015 – 190с.
9. Мазурин А.В. и другие. Пропедевтика детских болезней, учебное пособие 4-е издание, перераб и доп.-М.: Издательский центр «Академия», 2014 – 190с.
10. Организация медицинской помощи детям в дошкольных учреждениях / Под ред И,И,Гребешковой –М.: Издательский центр «Академия», 2016 – 240с.
11. Санитарные правила устройства и содержания детских дошкольных учреждений.-М.: Издательский центр «Академия», 2014– 270с.

Дополнительные источники:

1. Гребенев А.А. Пропедевтика внутренних болезней: учебник, 5-е издание, перераб. и доп. – М.: Медицина, 2019 – 592с.
2. Жданов Г.Г. Реанимация: учебное пособие, Саратов: Слово, 2015 – 102с.
3. Окружающая среда и профилактика заболеваний детей и подростков в учебно-воспитательных учреждениях (под редакцией Г.Н.Сердюковской).-М.: Издательский центр «Академия», 2016– 190с.
4. Организация медицинского контроля за развитием и здоровьем дошкольников и школьников на основе массовых скрининг-тестов и их оздоровлении в условиях детского сада, школы (под редакцией Г.Н.Сердюковской).-М.: Издательский центр «Академия», 2016– 270с.
5. Первая медицинская помощь при несчастных случаях и в экстремальных ситуациях / под редакцией М.Шляпцева/. – Кострома, 2014– 160с.
6. Столяренко Л.Н. Примерное 10-дневное меню для питания детей, посещающих дошкольные образовательные учреждения./Методические рекомендации/.- Издательский центр «Академия», 2016 – 180с.
7. Тарасов В.В. Санитарные правила устройства и содержания детских дошкольных учреждений.-М.: Издательский центр «Академия», 2017 – 180с.
8. Тополев И.М. Воспитание здорового дошкольника.-М.: Издательский центр «Академия», 2016 – 280с.
9. Титова Е.Л. Книга для родителей.-М.: Издательский центр «Академия», 2016 – 280с.
10. Чабовская А.П. Основы педиатрии и гигиены детей дошкольного возраста- учебное пособие для студентов пед.институтов –М.: Издательский центр «Академия», 2017 – 300с.

11. Шувалова Е.П. Инфекционные болезни.-М.: Издательский центр «Академия», 2016 – 210с.
12. Фишкин А.В. Неотложная помощь: справочник./М.: - Экзамен, 2015 – 352с.

Интернет-ресурсы:

1. [www.prosv.ru/ attachmntnt. Aspх?jd =9835](http://www.prosv.ru/attachmntnt.Aspх?jd=9835) (УМК «Школа России»)
2. [http:// standart/edu/ru/catalog.aspx? CatalogId=223](http://standart/edu/ru/catalog.aspx?CatalogId=223). (сайт «Федеральный государственный образовательный стандарт»).
3. [http://www:shool.tdu.ru](http://www.shool.tdu.ru) - Российский образовательный портал.
4. [http://www:pt dlib.ru](http://www.ptdlib.ru)- библиотека.
5. [http://www:/nfer -pedagogika/ru](http://www.nfer-pedagogika.ru) - сайт создан для преподавателей, родителей и студентов.