


**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ БЕЛГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ  
ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«АЛЕКСЕЕВСКИЙ КОЛЛЕДЖ»**

**УТВЕРЖДАЮ:**

Заместитель директора

 Л.В. Придатко

31 августа 2021 г.

**Методические рекомендации  
по организации самостоятельной работы студентов**

**по МДК 01.01**

**Медико-биологические и социальные основы здоровья**

**для специальности**

**44.02.01 Дошкольное образование**

РАССМОТРЕНО

на заседании предметно-цикловой комиссии  
общепрофессиональных дисциплин и профессиональных модулей специаль-  
ности 44.02.01 Дошкольное образование  
Протокол № 1 от 31 августа 2021 г.

Председатель  С.В. Сычева

Методические рекомендации по организации самостоятельной работы студентов разработаны на основе Федерального государственного образова- тельного стандарта среднего профессионального образования по специаль- ности 44.02.01 Дошкольное образование

Составитель: Косинова Елена Алексеевна, преподаватель

## СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	4
1. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ВЫПОЛНЕНИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ	6
2. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ	10
3. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ	14

## ВВЕДЕНИЕ

Методические рекомендации по организации самостоятельной работы студентов по МДК 01.01 Медико-биологические и социальные основы здоровья по специальности 44.02.01 Дошкольное образование определяют содержание самостоятельной работы обучающихся, ее назначение, формы организации и виды контроля.

Контролируемая самостоятельная работа направлена на углубление и закрепление знаний студента, развитие аналитических навыков по проблематике МДК.

Самостоятельная работа обучающихся, рассматривается в как управляемая преподавателями (без их прямого участия) система организационно-педагогических условий, направленная на освоение практического опыта, умений и знаний в рамках предметов, дисциплин, междисциплинарных курсов по специальностям и профессиям в соответствии с ФГОС СПО.

Для обучающегося самостоятельная работа - способ активного, целенаправленного освоения, без непосредственного участия преподавателя, новых знаний, умений и опыта, личностных результатов, закладывающих основания в становлении профессиональных и общих компетенций, требуемых ФГОС СПО по специальности.

В рамках выполнения самостоятельной работы обучающийся должен владеть способами предметной деятельности: уметь понимать предложенные преподавателем цели, формулировать их самому; моделировать собственную деятельность и программировать ее; уметь оценивать конечные и промежуточные результаты своих действий; корректировать деятельность, иметь личностную готовность (высокий уровень самосознания, адекватность самооценки, рефлексивность мышления, самостоятельность, организованность, целенаправленность личности, сформированность волевых качеств) саморегуляции.

Целью самостоятельной работы обучающихся является:

- 1) формирование личностных результатов, общих и профессиональных компетенций;
- 2) формирование умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу;
- 3) формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, совершенствованию и самоорганизации;
- 4) углубление и расширение теоретических знаний;
- 5) систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений обучающихся;
- 6) развитие познавательных способностей и активности обучающихся: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности, организованности.

Основными формами самостоятельной работы обучающихся являются подготовка сообщений и опорных конспектов, рекомендаций для родителей.

В соответствии с рабочей программой на самостоятельную учебную ра-

боту обучающегося отводится 42 часа.

## 1. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ВЫПОЛНЕНИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	Вид заданий	Формы отчётности
	<b>Раздел 1. Детские болезни и их профилактика</b>	<b>23</b>		
1	<b>Тема 1.1</b> Медико-биологические аспекты здоровья детей раннего и дошкольного возраста	1	1. Подготовить конспект «Закаливание: физиологические основы закаливания, факторы закаливания, принципы, средства и методы закаливания. Система закаливающих мероприятий»	Конспект
2		1	2. Подготовить конспект «Гигиенические требования к одежде детей»	Конспект
3		1	3. Подготовить конспект «Гигиенические требования к обуви детей»	Конспект
4-5		2	4. Подготовить конспект «Соблюдение санитарно-гигиенических норм и правил при проведении основных режимных мероприятий.»	Конспект
6-7	<b>Тема 1.2.</b> Профилактика заболеваний нервной системы у детей.	2	Подготовить сообщение (рекомендации для родителей) по профилактике неврологических состояний у детей.	Сообщение
8	<b>Тема 1.3.</b> Болезни органов зрения и слуха и их профилактика	1	1. Подготовить сообщение (рекомендации для родителей) по профилактике заболеваний органа слуха у детей	Сообщение
9		1	2. Подготовить сообщение (рекомендации для родителей) по профилактике заболеваний органа зрения у детей	Сообщение
10	<b>Тема 1.4.</b> Профилактика нарушений	1	1. Подготовить сообщение (рекомендации для родителей) «Осанка. Виды нарушений. Причины. Признаки»	Сообщение

11	опорно-двигательного аппарата (ОДА)	1	2. Подготовить сообщение (рекомендации для родителей) «Осанка. Профилактика нарушения осанки».	Сообщение
12		1	3. Подготовить сообщение (рекомендации для родителей) «Плоскостопие. Профилактика плоскостопия»	Сообщение
13	Тема 1.5. Профилактика заболеваний дыхательной системы детей.	1	1. Подготовить сообщение (рекомендации для родителей) по профилактике заболеваний дыхательной системы детей	Сообщение
14		1	2. Подготовить конспект «Неспецифическая профилактика заболеваний органов дыхания у детей.»	Конспект
15	Тема 1.6. Профилактика заболеваний ЖКТ у детей	1	1. Подготовить сообщение (рекомендации для родителей) по профилактике нейнфекционных заболеваний желудочно-кишечного тракта у детей.	Сообщение
16		1	2. Подготовить сообщение (рекомендации для родителей) по профилактике инфекционных заболеваний желудочно-кишечного тракта у детей.	Сообщение
17		1	3.Подготовить конспект по теме «Гельминтозы у детей».	Конспект
18	Тема 1.7. Профилактика заболеваний кожи у детей.	1	1.Подготовить сообщение (рекомендации для родителей) по профилактике заболеваний кожи у детей	Сообщение
19	Тема 1.8. Профилактика нарушений обменных процессов у детей	1	1.Подготовить сообщение (рекомендации для родителей) Питание детей	Сообщение
20	Тема 1.9. Профилактика детских инфекционных заболеваний	1	1.Подготовить сообщение (рекомендации для родителей) Профилактика детских инфекционных заболеваний (неспецифическая)	Сообщение
21		1	2.Подготовить сообщение (рекомендации для родителей) Профилактика детских инфекционных заболеваний (неспецифическая)	
22		1	3. Подготовить сообщение по теме «Губеркулез»	Сообщение
23		1	4.Подготовить сообщение по теме «Прививки – делать-не делать?»	Сообщение
	Глава 2 Детский травматизм и его профилактика	11		

24	<b>Тема 2.1. Принципы оказания первой помощи при закрытых повреждениях</b>	1	1. Подготовить сообщение (рекомендации для родителей) «Профилактика детского травматизма»	Сообщение
25		1	2. Подготовить сообщение (рекомендации для родителей) «Первая помощь при травмах»	Сообщение
26		1	3. Подготовить сообщение (рекомендации для родителей) «Первая помощь при переломах»	Сообщение
27	<b>Тема 2.2. Принципы оказания первой помощи при открытых повреждениях.</b>	1	1. Подготовить сообщение: «Первая помощь при попадании в организм инородных тел»	Сообщение
28		1	2. Подготовить сообщение: «Первая помощь при ожогах, тепловом и солнечном ударах»	Сообщение
29		1	3. Подготовить сообщение: «Первая помощь при обморожениях»	Сообщение
30		1	4. Подготовить сообщение: «Первая помощь при электротравмах»	Сообщение
31	<b>Тема 2.3. Принципы оказания первой помощи при несчастных случаях и неотложных состояниях</b>	1	Подготовить сообщение «Составление рекомендаций для родителей по профилактике ожогов»	Сообщение
32		1	2. Подготовить сообщение (рекомендации для родителей) по профилактике обморожений	Сообщение
33		1	3. Подготовить сообщение (рекомендации для родителей) по профилактике инородных тел	Сообщение
34		1	4. Подготовить сообщение (рекомендации для родителей) по профилактике отравлений	Сообщение
	<b>глава 3 Медико-педагогический контроль развития и состояния здоровья детей</b>	8		



35	Тема 3.1. Контроль развития и состояния здоровья детей	1	1.Подготовить сообщение по профилактике заболеваний и укреплению здоровья детей.	
36-37		2	2.Подготовить сообщение: «Понятие социальной адаптации. Степень адаптации: легкая, средняя, тяжелая»	
38-39		2	3.Подготовить сообщение по теме: Основные медико-педагогические и социальные мероприятия, направленные на создание условий в ДОУ в период адаптации	
40-41-42	Тема 3.2. Медико-педагогическое сопровождение адаптации детей к условиям детского образовательного учреждения	3	1. Подготовить сообщение (рекомендации для родителей) по профилактике дезадаптации ребенка	
		42		
	Всего часов:			

## 2. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

### 2.1. Методические рекомендации по подготовке конспектов

Конспект – способ изложения содержания книги или статьи в логической последовательности. Конспект аккумулирует в себе предыдущие виды записи, позволяет всесторонне охватить содержание книги, статьи. Поэтому умение составлять план, тезисы, делать выписки и другие записи определяет и технологию составления конспекта.

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта.

2. Выделите главное, составьте план.

3. Кратко сформулируйте основные положения текста.

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли.

В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства.

При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля.

Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

#### Критерии оценки конспекта

- соответствие содержания теме;
- глубина проработки материала;
- правильность и полнота использования источников.

### 2.2. Методические рекомендации по подготовке сообщений

При подготовке сообщения (доклада) целесообразно воспользоваться следующими рекомендациями:

Уясните для себя суть темы, которая вам предложена.

Подберите необходимую литературу (старайтесь пользоваться несколькими источниками для более полного получения информации).

Тщательно изучите материал учебника по данной теме, чтобы легче ориентироваться в необходимой вам литературе и не сделать элементарных ошибок.

Изучите подобранный материал (по возможности работайте карандашом, выделяя самое главное по ходу чтения).

Составьте план сообщения (доклада).

Напишите текст сообщения (доклада).

Выбирайте только интересную и понятную информацию. Не используйте неясные для вас термины и специальные выражения.

Не делайте сообщение очень громоздким.

При оформлении доклада используйте только необходимые, относящиеся к теме рисунки и схемы.

Прочитайте написанный текст заранее и постарайтесь его пересказать, выбирая самое основное.

Говорите громко, отчетливо и не торопитесь. В особо важных местах делайте паузу или меняйте интонацию – это облегчит её восприятие для слушателей.

Искусство устного выступления состоит не только в отличном знании предмета речи, но и в умении преподнести свои мысли и убеждения правильно и упорядоченно, красноречиво и увлекательно.

Любое устное выступление должно удовлетворять трем основным критериям, которые в конечном итоге и приводят к успеху: это критерий правильности, т.е. соответствия языковым нормам, критерий смысловой адекватности, т.е. соответствия содержания выступления реальности, и критерий эффективности, т.е. соответствия достигнутых результатов поставленной цели.

Работу по подготовке устного выступления можно разделить на два основных этапа: докоммуникативный этап (подготовка выступления) и коммуникативный этап (взаимодействие с аудиторией).

Работа по подготовке устного выступления начинается с формулировки темы. Лучше всего тему сформулировать таким образом, чтобы ее первое слово обозначало наименование полученного в ходе выполнения проекта научного результата. Тема выступления не должна быть перегруженной, нельзя «объять необъятное», охват большого количества вопросов приведет к их беглому перечислению, к декларативности вместо глубокого анализа. Неудачные формулировки - слишком длинные или слишком краткие и общие, очень банальные и скучные, не содержащие проблемы, оторванные от дальнейшего текста и т.д.

Само выступление должно состоять из трех частей – вступления (10-15% общего времени), основной части (60-70%) и заключения (20-25%).

Вступление включает в себя представление авторов (фамилия, имя отчество, при необходимости место учебы/работы, статус), название доклада, расшифровку подзаголовка с целью точного определения содержания выступления, четкое определение стержневой идеи. Стержневая идея проекта понимается как основной тезис, ключевое положение. Стержневая идея дает возможность задать определенную тональность выступлению. Сформулировать ос-

новой тезис означает ответить на вопрос, зачем говорить (цель) и о чем говорить (средства достижения цели).

Требования к основному тезису выступления:

фраза должна утверждать главную мысль и соответствовать цели выступления;

суждение должно быть кратким, ясным, легко удерживаться в кратковременной памяти;

мысль должна пониматься однозначно, не заключать в себе противоречия.

План развития основной части должен быть ясным. Должно быть отобрано оптимальное количество фактов и необходимых примеров.

Если использование специальных терминов и слов, которые часть аудитории может не понять, необходимо, то постарайтесь дать краткую характеристику каждому из них, когда употребляете их в процессе презентации впервые.

Самые частые ошибки в основной части доклада - выход за пределы рассматриваемых вопросов, перекрывание пунктов плана, усложнение отдельных положений речи, а также перегрузка текста теоретическими рассуждениями, обилие затронутых вопросов (декларативность, бездоказательность), отсутствие связи между частями выступления, несоразмерность частей выступления (затянутое вступление, скомканность основных положений, заключения).

В заключении необходимо сформулировать выводы, которые следуют из основной идеи (идей) выступления. Правильно построенное заключение способствует хорошему впечатлению от выступления в целом. В заключении имеет смысл повторить стержневую идею и, кроме того, вновь (в кратком виде) вернуться к тем моментам основной части, которые вызвали интерес слушателей. Закончить выступление можно решительным заявлением. Вступление и заключение требуют обязательной подготовки, их труднее всего создавать на ходу.

Психологи доказали, что лучше всего запоминается сказанное в начале и в конце сообщения («закон края»), поэтому вступление должно привлечь внимание слушателей, заинтересовать их, подготовить к восприятию темы, ввести в нее (не вступление важно само по себе, а его соотнесение с остальными частями), а заключение должно обобщить в сжатом виде все сказанное, усилить и сгустить основную мысль, оно должно быть таким, «чтобы слушатели почувствовали, что дальше говорить нечего».

### **Подготовка сообщения**

Подготовка информационного сообщения – это вид внеаудиторной самостоятельной работы по подготовке небольшого по объёму устного сообщения для озвучивания на учебном занятии. Сообщаемая информация носит характер уточнения или обобщения, несёт новизну, отражает современный взгляд по определённым проблемам.

Сообщение отличается от докладов и рефератов не только объёмом информации, но и её характером – сообщения дополняют изучаемый вопрос фак-

тическими или статистическими материалами. Оформляется задание письменно, оно может включать элементы наглядности (иллюстрации, демонстрацию).

Регламент времени на озвучивание сообщения – до 5 мин.

**Роль преподавателя:** определить тему и цель сообщения; определить место и сроки подготовки сообщения; оказать консультативную помощь при формировании структуры сообщения; рекомендовать базовую и дополнительную литературу по теме сообщения; оценить сообщение в контексте занятия.

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

**Критерии оценки:** актуальность темы; соответствие содержания теме; глубина проработки материала; грамотность и полнота использования источников; наличие элементов наглядности.

Объем сообщения – 1-2 страниц текста.

#### **Этапы работы над сообщением.**

1. Подбор и изучение основных источников по теме, указанных в данных рекомендациях.
2. Составление списка используемой литературы.
3. Обработка и систематизация информации.
4. Написание сообщения.
5. Публичное выступление и защита сообщения.

### 3. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

перечень учебных изданий, электронных изданий, электронных и Интернет-ресурсов, образовательных платформ, электронно-библиотечных систем, веб-систем для организации дистанционного обучения и управления им, используемые в образовательном процессе как основные и дополнительные источники.

#### **Основные источники:**

1.Медико-биологические и социальные основы здоровья детей дошкольного возраста (2- е изд., стер.) учебник / Голубев В.В.- М.: ИЦ Академия,2018 – 272 с.

2.Гигиена и экология человека: учебник / Н.А. Матвеева- 3-е изд. стер.- М.: КНОРУС,2016 - 328 с.

3.Основы педиатрии и гигиена детей раннего и дошкольного возраста: учебник /В.В. Голубев – 5-е изд. – М.: Академия, 2017-240 с.

#### **Дополнительные источники:**

1. Основы медицинских знаний: Здоровье, болезнь и образ жизни/ Артюнина Г.П, Игнаткова С.А. - М.: Академический Проект; Фонд «Мир», 2008.

2. Первая медицинская помощь/ Глыбочко П.В. - М.: Академия, 2008.

3. Физиология детей и подростков/ Зилов В.Г., Смирнов В.М. - М.: ООО «Медицинская информационное агентство», 2008.

4. Безопасность образовательной среды дошкольных учреждений: психолого-педагогический аспект/ Каджаспирова Г.М., Каджаспиров А.Ю. - М.: Экон – Информ, 2009.

5. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка/ Кожухова Н.Н. - М.: МГПУ, 2008.

6. Сохранение здоровья детей и педагогов в условиях детского сада/ Чекунова Е.А., Колодяжная Т.П. – М.: УЦ «Перспектива», 2010

7. Как не болеть в детском саду/ Агаджанова С.Н. - СПб.:ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО –ПЕРСС», 2009.

8. Закаливание организма ребенка в ДОУ и семье/ Анохина И.А. - М.:АРКТИ, 2010.

9. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях/ Богина Т.Л. - М.:Мозаика –Синтез, 2006.

10.. Диагностика культуры здоровья дошкольников/ Деркунская В.А - М.: Педагогическое общество Россия,2006.

11. Здоровье ребенка и его готовность к школе/Под ред. В.А. Доскина- М.:Просвещение, 2007.

12. Педиатрия с детскими инфекциями/ Запруднов А.М., Григорьев К.И. – М.: ГЭОТАР – Медиа, 2011.

13. Медицинский контроль за физическим развитием дошкольников и младших школьников/ Каштанова Г.В., Мамаева Е.Г. - М.:АРКТИ, 2006.

14. Как развивать в ребенке умение заботиться о своем здоровье/ Клепинина З.А., Клепинина Е.В. - М.:АРКТИ, 2010.

15. Питание, режим и здоровье ребенка/ Кожухова Н.Н. -М.: «Школьная Пресса», 2005.

16. Оздоровление детей в детском саду. Система мероприятий/ Кузнецова М.Н. – М.:Айрис –пресс, 2008.

17.Практический опыт здоровьесберегающей деятельности в ДОУ/Авт.-сост. А.К. Сундукова, Г.Н. Калайтанова, Е.В. Майгурова. – М.: АРКТИ, 2008.

18.Современные технологии сохранения и укрепления здоровья детей/Под ред. Н.В. Сократова.-М.:ТЦ «Сфера», 2005.

19.Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях. – М.: Школьная Пресса, 2010.

20.. Я и мое здоровье: практическое пособие для развития и укрепления навыков здорового образа жизни у детей от 2 до 7 лет. Программа занятий, упражнения и дидактические игры/ Тарасова Т.А. , Власова Л.С – М.: Школьная Пресса, 2008.

21. Основы медицинских знаний: учебник для ссузов /Е.Е. Тен. – М.: Академия, 2012 (доп МО для СПО

Отечественные журналы:

- «Современное дошкольное образование»

-« Детский сад от А до Я»

-«Дошкольное воспитание»

-«Здоровье дошкольника»

-«Обруч»

-«Ребенок в детском саду»

### **Электронные издания (электронные ресурсы):**

Цифровая образовательная среда СПО PROОбразование:

Электронно-библиотечная система:

**IPR BOOKS - <http://www.iprbookshop.ru/78574.html>**

Система дистанционного обучения ОГАПОУ «Алексеевский колледж»  
<http://moodle.alcollege.ru/>