

ONTÜSTIK QAZAQSTAN
MEDISINA
AKADEMIASY



SOUTH KAZAKHSTAN
MEDICAL
ACADEMY

«Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ

АО «Южно-Казakhstanская медицинская академия»

«Гигиена және эпидемиология» кафедрасы

59-11-2025

Бақылау өлшеу құралдары

4 беттің 1беті

БАҚЫЛАУ ӨЛШЕУ ҚҰРАЛДАРЫ

Пән бойынша тәжірбелік дағдылардың тізімі

Пәні «Аурулардың алдын алу және салауатты салтын қалыптастыру»

Пән коды: AASOSK 3230

ББ атауы және шифры: 6В10111 - «Қоғамдық денсаулық»

Оқу сағаты/ кредит көлемі: 150 сағат/ 5 кредит

Оқу курсы мен семестрі: III - курс, V - семестр

Құрастырған: доцент м.а. _____ Ескерова С.У.

Кафедра меңгерушісі: доцент м.а. _____ Утепов П.Д.

Хаттама № _____, _____ 2025 ж.

ШЫМКЕНТ, 2025 ЖЫЛ

1. Скандинавиялық жүрудің дене бұлшық еттеріне әсерін сызба түрінде көрсетіңіз.
2. Скандинавиялық жүрудің жүрек-қан тамыр жүйесіне тигізетін әсерін сызба түрінде көрсетіңіз.
3. Сапалы ұйқының адам ағзасына тигізетін әсерін сызба түрінде көрсетіңіз.
4. Азық-түлікке тәуелділіктің тиімді алдын алу шараларын ұсыныңыз.
5. ҚР нормативтік құжатын пайдалана отырып, алкогольизмге қарсы күресудің тиімді алдын алу шарасының алгоритмін ұсыныңыз.
6. Адамның эмоционалды күйзелісін азайту үшін тиімді шараларды ұсыныңыз.
7. ҚР нормативтік құжатын пайдалана отырып, темекі шегуге қарсы күресудің тиімді алдын алу шараларын ұсыныңыз.
8. Дене салмағы индекcін анықтау әдістемесін көрсетіңіз.
9. ҚР нормативтік құжатты пайдалана отырып, семіздікке қарсы күрес бойынша тиімді алдын алу шараларын ұсыныңыз.
10. Онкологиялық аурулардың алдын алудың тиімді шарасын ұсыныңыз.
11. Жұқпалы емес аурулардың алдын алудың тиімді шараларының сызбасын сызыңыз.
12. Жұқпалы аурулардың алдын алудың тиімді шараларының сызбасын сызыңыз.

ONTÜSTİK QAZAQSTAN
MEDISINA
AKADEMIASY



SOUTH KAZAKHSTAN
MEDICAL
ACADEMY
АО «Южно-Казakhstanская медицинская академия»

«Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ

АО «Южно-Казakhstanская медицинская академия»

«Гигиена және эпидемиология» кафедрасы

59-11-2025

Бақылау өлшеу құралдары

4 беттің 3беті

ONTÜSTİK QAZAQSTAN
MEDISINA
AKADEMIASY



SOUTH KAZAKHSTAN
MEDICAL
ACADEMY

АО «Южно-Казakhstanская медицинская академия»

«Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ

«Гигиена және эпидемиология» кафедрасы

59-11-2025

Бақылау өлшеу құралдары

4 беттің 4беті