



ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«УЛЬЯНОВСКИЙ ФАРМАЦЕВТИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ЦМК СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ДИСЦИПЛИН ОТДЕЛЕНИЯ «ЛАБОРАТОРНАЯ ДИАГНОСТИКА»

РП ОП.05- С. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
_____ Л.И. Денисова
«__» _____ 20__ г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«Гигиена и экология человека»

специальность 34.02.01 Сестринское дело

	<i>Должность</i>	<i>Фамилия/Подпись</i>	<i>Дата</i>
Разработал	Преподаватель	Л.И. Полотнянко К.А. Фечина	
Согласовал	Председатель ЦМК Председатель ЦМК Зав. учебным отделом Зав. научно-методическим отделом Зам. директора по учебно-воспитательной работе	Н.В. Рамзайцева Е.С. Потехина Т.А. Старкова Е.Я. Шилова Н.Б. Шайгородская	
Версия:1.0			Стр.1 из 25



Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности среднего профессионального образования **34.02.01 Сестринское дело, базовая подготовка.**

Рассмотрена и одобрена на заседании методического совета
Протокол № 1 от 28.08.2020



СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. МАТРИЦА РАСПРЕДЕЛЕНИЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ И КОМПЕТЕНЦИЙ ПО ТЕМАМ ДИСЦИПЛИНЫ	16
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	19
5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	22



1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины «Гигиена и экология человека» является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности СПО 34.02.01 Сестринское дело.

При угрозе возникновения и(или) возникновении отдельных чрезвычайных ситуаций, введении режима повышенной готовности или чрезвычайной ситуации на всей территории Российской Федерации либо на ее части, реализация рабочей программы ПМ01. Проведение лабораторных общеклинических исследований может осуществляться с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:

Учебная дисциплина «Гигиена и экология человека» относится к профессиональному циклу, включающему в себя общепрофессиональные дисциплины по специальности 34.02.01 Сестринское дело базовой подготовки.

1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

1. давать санитарно – гигиеническую оценку факторам окружающей среды;
2. проводить санитарно – гигиенические мероприятия по сохранению и укреплению здоровья населения, предупреждению болезней;
3. проводить гигиеническое обучение и воспитание населения.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

1. современное состояние окружающей среды и глобальные экологические проблемы;
2. факторы окружающей среды, влияющие на здоровье человека;
3. основные положения гигиены;
4. гигиенические принципы организации здорового образа жизни;
5. методы, формы и средства гигиенического воспитания населения.

Освоение дисциплины способствует формированию общих и профессиональных компетенций:

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

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их



выполнение и качество.

- ОК 3.Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.
- ОК 4.Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
- ОК 5.Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.
- ОК 6.Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.
- ОК 7.Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), за результат выполнения заданий.
- ОК 8.Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать и осуществлять повышение квалификации.
- ОК 9.Ориентироваться в условиях смены технологий в профессиональной деятельности.
- ОК 10.Бережно относиться к историческому наследию и культурным традициям народа, уважать социальные, культурные и религиозные различия.
- ОК 11.Быть готовым брать на себя нравственные обязательства по отношению к природе, обществу и человеку.
- ОК12.Организовывать рабочее место с соблюдением требований охраны труда, производственной санитарии, инфекционной и противопожарной безопасности.
- ОК 13.Вести здоровый образ жизни, заниматься физической культурой и спортом для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.
- ПК 1.1. Проводить мероприятия по сохранению и укреплению здоровья населения, пациента и его окружения.
- ПК 1.2. Проводить санитарно-гигиеническое воспитание населения.
- ПК 1.3. Участвовать в проведении профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний.
- ПК 2.1. Представлять информацию в понятном для пациента виде, объяснять ему суть вмешательств.
- ПК 2.2. Осуществлять лечебно-диагностические вмешательства, взаимодействуя с участниками лечебного процесса.
- ПК 2.3.Сотрудничать с взаимодействующими организациями и службами.

1.4. Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:

максимальная учебная нагрузка обучающегося 72 часа, в том числе:
обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося 48 часов;
самостоятельная работа обучающегося 24 часа.



2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	72
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	48
в том числе:	
практические занятия	12
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	24
в том числе:	
- написание реферата, доклада по конкретной теме	4
- домашняя работа (работа с учебником, подготовка к практическим занятиям)	8
- создание презентации по заданию преподавателя	8
- работа в сети Internet, поиск информации в периодической печати	4
<i>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачёта</i>	



ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Введение. Предмет гигиены и экологии человека. Основы общей экологии.		3	
Тема 1.1. Введение. Предмет гигиены и экологии человека. Основы общей экологии	Содержание учебного материала (перечень дидактических единиц)	2	
	1. Предмет гигиены и экологии человека. Содержание, связь с другими дисциплинами, междисциплинарными курсами. Роль гигиены и экологии в системе наук, изучающих природную среду.		1
	2. Задачи гигиены и экологии. Разделы гигиены и экологии. Санитария.		1
	3. Профилактика, виды профилактики.		2
	4. Краткая история возникновения гигиены, экологии и экологии человека.		1
	5. Классификация и гигиеническая характеристика факторов окружающей среды. Общие закономерности воздействия факторов окружающей среды на организм.		2
	6. Основные положения гигиены.		2
	7. Современное состояние окружающей среды.		2
	8. Глобальные экологические проблемы (изменение климата, кислотные дожди, «озоновые дыры», сокращение площади лесов, загрязнение мирового океана, сокращение разнообразия биологических видов) и основные их причины.		2
	9. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор), ее структура, виды деятельности, задачи, функции.	2	
Самостоятельная работа обучающихся. <i>Тематика самостоятельной работы:</i> 1. История гигиены в России. 2. Классификация факторов окружающей среды. 3. Глобальные экологические проблемы. 4. Основные положения гигиены. <i>Виды самостоятельной работы:</i> 1. Написание реферата, доклада по конкретной теме. 2. Создание презентации. 3. Работа в сети Интернет, поиск информации в периодической печати.		1	
Раздел 2. Гигиена окружающей среды.		24	
Тема 2.1. Атмосферный	Содержание учебного материала (перечень дидактических единиц)	6	



воздух: его физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение.	1.	Физические свойства воздуха: температура, влажность, подвижность воздуха, атмосферное давление, электрическое состояние, их гигиеническое значение. Характеристика солнечной радиации.		2
	2.	Химический состав атмосферного воздуха и его гигиеническое значение – постоянные составные части воздуха, газообразные примеси, микроорганизмы, механические примеси.		2
	3.	Источники загрязнения. Механизмы образования смога, фотохимического смога.		2
	4.	Влияние загрязнения атмосферного воздуха на здоровье и санитарные условия жизни населения.		2
	5.	Принципы защиты воздушной среды. Мероприятия по профилактике загрязнений атмосферного воздуха.		2
	6.	Представление о технологических, санитарно - технических мероприятиях.		2
	7.	Меры планировочного характера для защиты населения от воздействия источников загрязнения воздушной среды. Роль зеленых насаждений. Значение благоустройства.		2
	8.	Законодательство РФ о защите воздушной среды.		2
	9.	Нормирование атмосферного воздуха. Понятие о ПДК.		1
Практическое занятие №1: Изучение приборов, методик для измерения физических параметров воздушной среды. Определение и гигиеническая оценка физических параметров воздушной среды в помещении.			2	
Самостоятельная работа обучающихся. <i>Тематика самостоятельной работы:</i> 1. Физические свойства воздуха и их влияние на здоровье человека. 2.Строение земной атмосферы (тропосфера, стратосфера, ионосфера). 3. Ионизация воздуха, влияние на здоровье. 4. Санитарно-технические устройства по защите воздуха. 5. Законодательство РФ об охране атмосферного воздуха. <i>Виды самостоятельной работы:</i> 1. Написание реферата, доклада по конкретной теме. 2. Домашняя работа (работа с учебником, подготовка к практическим занятиям). 3. Создание презентации. 4. Работа в сети Internet, поиск информации в периодической печати. 5. Работа с нормативной документацией.			3	
Тема 2.2. Вода, ее физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение.	Содержание учебного материала (перечень дидактических единиц)			6
	1.	Физиологическая роль, хозяйственно-бытовое, санитарно-гигиеническое, экологическое значение воды.		1
	2.	Органолептические свойства воды.		1
	3.	Химический состав воды.		2
	4.	Заболевания, обусловленные необычным минеральным составом природных вод.		2
	5.	Загрязнение воды. Причины загрязнения. Влияние загрязнения воды на здоровье человека.		2
	6.	Инфекционные заболевания, гельминтозы, передаваемые водным путем.		3
	7.	Условия и сроки выживания патогенных микроорганизмов в воде. Особенности водных эпидемий.		3
	8.	Профилактика инфекционных и паразитарных заболеваний, передаваемых водным путем и неинфекционных заболеваний, обусловленных необычным составом воды.		3
	9.	Виды источников водоснабжения и их санитарно - гигиеническая характеристика.		2
	10.	Охрана источников водоснабжения.		2
11.	Гигиеническая характеристика систем хозяйственно-питьевого водоснабжения.		2	



	12.	Гигиенические требования к качеству питьевой воды.		3
	13.	Методы улучшения качества питьевой воды.		3
	14.	Нормирование качества воды.		3
	Практическое занятие №2: Отбор проб воды. Определение органолептических свойств воды. Гигиеническая оценка качества питьевой воды на основании нормативных документов.		2	
	Самостоятельная работа обучающихся. <i>Тематика самостоятельной работы:</i> 1. Профилактика заболеваний, передающихся через воду. 2. Химический состав воды как экологический фактор. 3. Нормативные документы, регламентирующие качества воды хозяйственно-питьевого водоснабжения. 4. Роль медицинской сестры в охране источников водоснабжения. <i>Виды самостоятельной работы:</i> 1. Написание реферата, доклада по конкретной теме. 2. Домашняя работа (работа с учебником, подготовка к практическим занятиям). 3. Создание презентации, дидактического раздаточного материала по конкретной теме по заданию преподавателя. 4. Работа в сети Internet, поиск информации в периодической печати. 5. Работа с нормативной документацией.		3	
Тема 2.3. Почва, ее физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение.	Содержание учебного материала (перечень дидактических единиц)			4
	1.	Гигиеническое значение состава и свойств почвы.		1
	2.	Почвенный воздух, пористость, капиллярность.		1
	3.	Химический состав почвы.		1
	4.	Значение примесей антропогенного характера.		1
	5.	Эпидемиологическое значение почвы.		2
	6.	Самоочищение почвы.		1
	7.	Проблемы накопления и утилизации отходов.		2
	8.	Мероприятия по санитарной охране почвы.		2
	9.	Гигиенические требования к очистке населенных мест (сбор, транспортировка, хранение, обезвреживание, переработка твердых и жидких отходов).		2
	10.	Сбор, удаление и утилизация отходов ЛПУ. Медицинские отходы.		3
	11.	Санитарная оценка почвы.		2
	12.	Нормативная документация по охране почвы.		2
	Самостоятельная работа обучающихся. <i>Тематика самостоятельной работы:</i> 1. Проблема загрязнения почвы в настоящее время. 2. Радиоактивное загрязнение почвы и его последствия. 3. Современные способы утилизации отходов. 4. Современные способы сбора и утилизации отходов в ЛПУ. 5. Нормативная документация по охране почвы. <i>Виды самостоятельной работы:</i>		2	



	1. Написание реферата, доклада по конкретной теме. 2. Работа с нормативной документацией. 3. Создание презентации по конкретной теме по заданию преподавателя. 4. Работа в сети Internet, поиск информации в периодической печати.		
Раздел 3. Гигиенические основы планировки и благоустройства населенных мест. Гигиена жилых и общественных зданий.		6	
Тема 3.1. Гигиенические основы планировки и благоустройства населенных мест. Гигиена жилых и общественных зданий.	Содержание учебного материала (перечень дидактических единиц)		4
	1.	Урбанизация и экология человека.	1
	2.	Микроклимат города.	1
	3.	Городской шум и профилактика его вредного воздействия.	1
	4.	Гигиенические принципы планировки и застройки населенных мест.	2
5.	Гигиеническое значение озеленения.	2	
6.	Совокупное воздействие жилищных условий (физические, химические, биологические факторы) и степени их благоустройства на жизнедеятельность и здоровье человека.	2	
7.	Экологическая характеристика современных строительных и отделочных материалов, бытовой техники.	1	
8.	Понятие об освещении, виды освещения, значение.	3	
9.	Понятие о вентиляции, виды, значение.	3	
10.	Понятие об отоплении, виды, значение.	2	
11.	Гигиенические требования к планировке, естественному и искусственному освещению, отоплению, вентиляции помещений различных назначений: жилых помещений, помещений учреждений здравоохранения. Нормирование.	2	
	Практическое занятие №3: Гигиеническая оценка естественного и искусственного освещения.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся. <i>Тематика самостоятельной работы:</i> 1. Неблагоприятные последствия урбанизации. 2. Гигиеническая характеристика различных видов освещения. 3. Гигиенические требования к освещению ЛПУ. <i>Виды самостоятельной работы:</i> 1. Написание доклада по конкретной теме. 2. Домашняя работа (работа с учебником, подготовка к практическим занятиям). 3. Работа с нормативной документацией. 4. Создание презентаций.	2	
Раздел 4. Гигиена питания.		12	
Тема 4.1 Гигиенические основы физиологии и биохимии питания.	Содержание учебного материала (перечень дидактических единиц)		4
	1.	Обмен веществ и энергии в организме. Энергетический баланс.	1
	2.	Белки: их значение для жизни, роста и развития организма. Состав белков. Заменяемые и незаменимые аминокислоты. Основные источники белков в питании.	1
	3.	Жиры: их значение в питании. Полиненасыщенные жирные кислоты, их значение, источники.	1
	4.	Углеводы: их значение в питании. Гигиеническая характеристика и источники отдельных видов углеводов: моносахаридов (глюкозы, фруктозы), дисахаридов (сахарозы, лактозы), полисахаридов (крахмала,	2



	<p>пектиновых веществ, клетчатки).</p> <p>5. Минеральные элементы. Минеральные элементы щелочного характера: кальций, магний, натрий, калий. Минеральные элементы кислотного характера: фосфор, сера, хлор. Биомикроэлементы: железо, йод, фтор, селен, медь, цинк и др. Основные источники минеральных элементов.</p> <p>6. Витамины, их классификация. Значение витаминов и их основные источники. Профилактика гиповитаминозов. Витаминизация продуктов и готовой пищи.</p> <p>7. Рекомендуемые величины физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения.</p> <p>8. Пищевые добавки. Их виды, значение. Биологически активные добавки к пище.</p>		<p>2</p> <p>2</p> <p>3</p> <p>2</p>
	<p>Практическое занятие №4: Органолептическая оценка пищевых продуктов.</p>	2	
	<p>Самостоятельная работа обучающихся. <i>Тематика самостоятельной работы:</i></p> <p>1. Биологически активные добавки. Виды, значение.</p> <p>2. Классификация продуктов питания по происхождению, устойчивости к хранению. Гигиенические требования к срокам годности и условиям хранения пищевых продуктов.</p> <p>3. Пищевая и биологическая ценность основных продуктов питания: мяса, колбасных изделий, яиц, рыбы, молока и молочных продуктов, муки, круп, хлеба, овощей, плодов, грибов и их гигиенические показатели качества.</p> <p>5. Пищевые добавки. Их виды, значение.</p> <p><i>Виды самостоятельной работы:</i></p> <p>1. Написание реферата, доклада по конкретной теме.</p> <p>2. Домашняя работа (работа с учебником, подготовка к практическим занятиям).</p> <p>3. Создание презентации по заданию преподавателя.</p> <p>4. Работа в сети Internet, поиск информации в периодической печати.</p>	2	
<p>Тема 4.2. Основные принципы рационального питания. Лечебное, лечебно-профилактическое питание.</p>	<p>Содержание учебного материала (перечень дидактических единиц)</p> <p>1. Рациональное питание. Определение. Гигиенические требования к пищевому рациону, его энергетическая ценность и качественный состав, сбалансированность питательных веществ, усвояемость, разнообразие.</p> <p>2. Режим питания, часы и продолжительность приема пищи, кратность и интервалы между приемами, очередность приема блюд, распределение рациона по приемам пищи. Условия для приема пищи: интерьер столовой комнаты, сервировка стола, комфортность, микроклимат и пр.</p> <p>3. Лечебное питание. Характеристика основных лечебных диет.</p> <p>4. Механическое, химическое и термическое щажение в питании.</p> <p>5. Особенности кулинарной обработки при приготовлении диетических блюд.</p> <p>6. Лечебно-профилактическое питание.</p>	2	<p>2</p> <p>2</p> <p>3</p> <p>2</p> <p>1</p> <p>2</p>
	<p><i>Самостоятельная работа обучающихся.</i> <i>Тематика самостоятельной работы:</i></p> <p>1. Лечебно-профилактическое питание. Назначение и пищевая ценность различных рационов лечебно – профилактического питания.</p> <p>2. Питание в пожилом возрасте и старости.</p> <p>3. Принципы питания, потребность в пищевых веществах, режим питания.</p> <p><i>Виды самостоятельной работы:</i></p>	1	



	1. Написание реферата, доклада по конкретной теме. 2. Создание презентации. 3. Работа в сети Internet, поиск информации в периодической печати.		
Тема 4.3. Заболевания, связанные с характером питания. Пищевые отравления различной этиологии и их профилактика.	Содержание учебного материала (перечень дидактических единиц)		2
	1.	Заболевания, обусловленные недостаточным питанием.	1
	2.	Болезни недостаточности питания, связанные с недостатком в рационе белков, витаминов, минеральных веществ. Профилактика.	2
	3.	Болезни избыточного питания.	3
	4.	Болезни животных, передающиеся человеку через мясо, молоко. Профилактика.	3
	5.	Рыба как фактор передачи гельминтозов. Профилактика.	3
	6.	Понятие о пищевых отравлениях и их классификация.	2
	7.	Характеристика пищевых отравлений микробного и немикробного происхождения. Профилактика.	3
	8.	Понятие о ксенобиотиках. Классификация.	2
	Самостоятельная работа обучающихся. <i>Тематика самостоятельной работы:</i> 1. Пищевые отравления микробной этиологии. 2. Пищевые отравления немикробной этиологии. 3. Гигиеническое значение ксенобиотиков. Принципы нормирования ксенобиотиков в России и за рубежом.. <i>Виды самостоятельной работы:</i> 1. Написание реферата, доклада по конкретной теме. 2. Создание презентации. 3. Работа в сети Internet, поиск информации в периодической печати.		1
Раздел 5. Гигиена труда.		6	
Тема 5.1. Гигиена труда.	Содержание учебного материала		4
	1.	Трудовая деятельность и физиологические функции организма.	1
	2.	Утомление и его причины. Переутомление. Профилактика.	1
	3.	Классификация, краткая характеристика вредных производственных факторов: физических, химических, биологических, нервно – психических, механических - факторов, обуславливающих динамическую и статическую нагрузку на опорно-двигательный аппарат., влияние на здоровье человека.	2
	4.	Общие понятия о профессиональных болезнях – заболеваниях, возникающих в результате воздействия на организм вредных производственных факторов.	2
	5.	Основные направления профилактических оздоровительных мероприятий (законодательные, организационные, технологические, санитарно – технические, лечебно – профилактические).	2
	6.	Производственный травматизм и меры борьбы с ним.	2
	7.	Профессиональные вредности в системе здравоохранения. Гигиена труда медицинского персонала в учреждениях здравоохранения.	2
	8.	Профилактика профессиональных заболеваний в медицинских организациях.	2
	Самостоятельная работа обучающихся. <i>Тематика самостоятельной работы:</i>		2



	<ol style="list-style-type: none"> 1. Гигиена труда медицинского персонала в учреждениях здравоохранения. 2. Профессиональные вредности в системе здравоохранения. 3. Профессиональные вредности в работе медицинской сестры. Профилактика. 4. Основные направления профилактики профессиональных заболеваний в ЛПУ. 5. Лазерное излучение как профессиональная вредность. Профилактика неблагоприятного воздействия. 6. Ультразвук как профессиональная вредность, профилактика неблагоприятного воздействия. <p><i>Виды самостоятельной работы:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Написание реферата, доклада по конкретной теме. 2. Создание презентации. 3. Работа в сети Internet, поиск информации в периодической печати. 																													
Раздел 6. Гигиена детей и подростков.		9																												
<p>Тема 6.1. Состояние здоровья и физическое развитие детей и подростков. Гигиенические требования к организации учебно-воспитательного процесса.</p>	Содержание учебного материала (перечень дидактических единиц)	4																												
	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="499 552 555 576">1.</td> <td data-bbox="566 552 1843 576">Здоровье детского населения.</td> <td data-bbox="1989 552 2123 576" style="text-align: center;">1</td> </tr> <tr> <td data-bbox="499 584 555 608">2.</td> <td data-bbox="566 584 1843 608">Группы здоровья.</td> <td data-bbox="1989 584 2123 608" style="text-align: center;">2</td> </tr> <tr> <td data-bbox="499 616 555 639">3.</td> <td data-bbox="566 616 1843 639">Физическое развитие детей и подростков как критерий здоровья.</td> <td data-bbox="1989 616 2123 639" style="text-align: center;">2</td> </tr> <tr> <td data-bbox="499 647 555 671">4.</td> <td data-bbox="566 647 1843 671">Методы исследования и оценки физического развития детей и подростков.</td> <td data-bbox="1989 647 2123 671" style="text-align: center;">2</td> </tr> <tr> <td data-bbox="499 679 555 703">5.</td> <td data-bbox="566 679 1843 703">Явление акселерации и децелерации.</td> <td data-bbox="1989 679 2123 703" style="text-align: center;">1</td> </tr> <tr> <td data-bbox="499 711 555 735">6.</td> <td data-bbox="566 711 1843 735">Гигиенические принципы построения режима дня для различных возрастных групп.</td> <td data-bbox="1989 711 2123 735" style="text-align: center;">2</td> </tr> <tr> <td data-bbox="499 743 555 767">7.</td> <td data-bbox="566 743 1843 767">Основные гигиенические требования к организации учебно-воспитательного процесса.</td> <td data-bbox="1989 743 2123 767" style="text-align: center;">3</td> </tr> <tr> <td data-bbox="499 775 555 799">8.</td> <td data-bbox="566 775 1843 799">Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе..</td> <td data-bbox="1989 775 2123 799" style="text-align: center;">3</td> </tr> <tr> <td data-bbox="499 807 555 823">9.</td> <td data-bbox="566 807 1843 823">Гигиена физического воспитания детей и подростков.</td> <td data-bbox="1989 807 2123 823" style="text-align: center;">3</td> </tr> </table>	1.	Здоровье детского населения.	1	2.	Группы здоровья.	2	3.	Физическое развитие детей и подростков как критерий здоровья.	2	4.	Методы исследования и оценки физического развития детей и подростков.	2	5.	Явление акселерации и децелерации.	1	6.	Гигиенические принципы построения режима дня для различных возрастных групп.	2	7.	Основные гигиенические требования к организации учебно-воспитательного процесса.	3	8.	Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе..	3	9.	Гигиена физического воспитания детей и подростков.	3		
	1.	Здоровье детского населения.	1																											
	2.	Группы здоровья.	2																											
	3.	Физическое развитие детей и подростков как критерий здоровья.	2																											
4.	Методы исследования и оценки физического развития детей и подростков.	2																												
5.	Явление акселерации и децелерации.	1																												
6.	Гигиенические принципы построения режима дня для различных возрастных групп.	2																												
7.	Основные гигиенические требования к организации учебно-воспитательного процесса.	3																												
8.	Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе..	3																												
9.	Гигиена физического воспитания детей и подростков.	3																												
<p>Практическое занятие №5: Гигиеническая оценка режима дня в детском дошкольном учреждении и расписания уроков в школе. Оценка физического развития детей и подростков.</p>	2																													
<p style="text-align: center;">Самостоятельная работа обучающихся. <i>Тематика самостоятельной работы:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Показатели физического развития. 2. Причины, проявления и негативные последствия акселерации и. 3. Гигиенические принципы построения режима дня дошкольников и младших школьников. 4. Особенности организации учебно-образовательного процесса в средних профессиональных образовательных учреждениях. <p style="text-align: center;"><i>Виды самостоятельной работы:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Написание реферата, доклада по конкретной теме. 2. Создание презентаций. 3. Работа в сети Интернет, поиск информации в периодической печати. 4. Домашняя работа (работа с учебником, подготовка к практическим занятиям). 	2																													
<p>Тема 6.2. Гигиенические требования к планировке, оборудованию и содержанию детских и подростковых учреждений.</p>	Содержание учебного материала (перечень дидактических единиц)	2																												
	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="499 1326 555 1350">1.</td> <td data-bbox="566 1326 1843 1350">Планировка детских и подростковых учреждений.</td> <td data-bbox="1989 1326 2123 1350" style="text-align: center;">2</td> </tr> </table>	1.	Планировка детских и подростковых учреждений.	2		2																								
	1.	Планировка детских и подростковых учреждений.	2																											
	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="499 1358 555 1382">2.</td> <td data-bbox="566 1358 1843 1382">Требования к участкам, зданиям общеобразовательных школ, дошкольных образовательных учреждений.</td> <td data-bbox="1989 1358 2123 1382" style="text-align: center;">2</td> </tr> </table>	2.	Требования к участкам, зданиям общеобразовательных школ, дошкольных образовательных учреждений.	2		2																								
2.	Требования к участкам, зданиям общеобразовательных школ, дошкольных образовательных учреждений.	2																												
<table border="1"> <tr> <td data-bbox="499 1390 555 1439">3.</td> <td data-bbox="566 1390 1843 1439">Гигиенические требования к оборудованию детских и подростковых учреждений, предметам детского обихода.</td> <td data-bbox="1989 1390 2123 1439" style="text-align: center;">3</td> </tr> </table>	3.	Гигиенические требования к оборудованию детских и подростковых учреждений, предметам детского обихода.	3		3																									
3.	Гигиенические требования к оборудованию детских и подростковых учреждений, предметам детского обихода.	3																												



	<ol style="list-style-type: none">4. Мебель дошкольных образовательных учреждений. Школьная мебель. Гигиенические требования.5. Гигиенические требования к учебным пособиям, детским игрушкам.6. Содержание детских и подростковых учреждений. Воздушно – тепловой режим.7. Показатели микроклимата: температура, влажность, скорость движения воздуха. Отопление. Вентиляция.8. Естественное и искусственное освещение.9. Санитарное содержание участка и помещений.		2 2 2 2 3 3	
	<p style="text-align: center;">Самостоятельная работа обучающихся. <i>Тематика самостоятельной работы:</i></p> <ol style="list-style-type: none">1. Гигиенические требования к оборудованию детских и подростковых учреждений, предметам детского обихода.2. Гигиенические требования к мебели дошкольных образовательных учреждений и школьной мебели.3. Гигиенические требования к учебным пособиям.4. Эпидемиологическое значение игрушек, гигиенические требования. <p style="text-align: center;"><i>Виды самостоятельной работы:</i></p> <ol style="list-style-type: none">1. Написание реферата, доклада по конкретной теме.2. Создание презентации.3. Работа в сети Интернет, поиск информации в периодической печати.	1		
Раздел 7. Гигиеническое обучение и воспитание населения.		6		
Тема 7.1. Компоненты здорового образа жизни и пути его формирования.	Содержание учебного материала (перечень дидактических единиц)		2	
	<ol style="list-style-type: none">1. Факторы, влияющие на здоровье человека: образ жизни(50-55%), окружающая среда (20-25%), генетический фактор (15-20%), медицинское обслуживание (8-10%).2. Образ жизни и его влияние на здоровье человека.3. Основные составляющие здорового образа жизни: режим труда и отдыха, правильное питание, физическая активность, психологический комфорт, отсутствие вредных привычек, личная гигиена, экологическая грамотность.4. Влияние употребления алкогольных напитков, курения, наркомании на здоровье настоящего и будущих поколений.5. Пути формирования здорового образа жизни.		2 2 2 2 2	
	Самостоятельная работа обучающихся. <i>Тематика самостоятельной работы:</i>		1	
	<ol style="list-style-type: none">1. Закаливание. Характеристика природных закаливающих факторов (солнце, воздух, вода).2. Принципы закаливания.3. Вред курения.4. Вредные последствия наркомании.5. Полезные привычки.6. Метаболический синдром, его причины и профилактика.			
	<i>Виды самостоятельной работы:</i>			
	<ol style="list-style-type: none">1. Написание реферата, доклада по конкретной теме.2. Создание презентации.3. Работа в сети Интернет, поиск информации в периодической печати.			
Тема 7.2. Методы, фор-	Содержание учебного материала (перечень дидактических единиц)		2	



мы и средства гигиенического воспитания населения.	1.	Цели, задачи, основные принципы гигиенического обучения и воспитания населения.		2
	2.	Методы гигиенического обучения и воспитания населения: устный, печатный, изобразительный (наглядный), комбинированный. Особенности методов.		2
	3.	Основные средства санитарного просвещения: лекции, беседы, агитационно-информационные сообщения, викторины, санитарные бюллетени, листовки, памятки, лозунги, брошюры, буклеты, слайды, плакаты, схемы и др. Методические требования, предъявляемые к ним.		3
	4.	Формы гигиенического воспитания: индивидуальные, групповые, массовые.		3
	5.	Роль центров медицинской профилактики.		3
	Самостоятельная работа обучающихся. <i>Тематика самостоятельной работы:</i> 1. Средства массовой информации: радио, телевидение, кино, печать. 2. Особенности средств массовой информации: оперативность, широта охвата, отсутствие непосредственного контакта между коммуникатором и реципиентом. 3. Взаимодействие учреждений здравоохранения, центров медицинской профилактики, общественных организаций в пропаганде здорового образа жизни. 4. Формирование здорового образа жизни. <i>Виды самостоятельной работы:</i> 1. Подготовка материалов для гигиенического обучения: выступления перед аудиторией с агитационно-информационным сообщением по вопросам формирования здорового образа жизни, оформление санитарных бюллетеней, памяток, буклетов, агитационных плакатов, презентаций, подготовка радиобесед, статей в газету на свободную медицинскую тему. 2. Создание презентации. 3. Написание реферата, доклада по конкретной теме.			1
Итоговая аттестация	Практическое занятие №6: Дифференцированный зачет.		2	
	Самостоятельная работа Повторение ранее пройденного материала		1	
			ВСЕГО	72



3. Матрица распределения знаний, умений компетенций по темам дисциплины

Содержание учебного материала	Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания, компетенции)																												
	Знания					Умения			Компетенции																				
	1	2	3	4	5	1	2	3	ПК 1.1	ПК 1.2	ПК 1.3	ПК 2.1	ПК 2.2	ПК 2.3	ОК 1	ОК 2	ОК 3	ОК 4	ОК 5	ОК 6	ОК 7	ОК 8	ОК 9	ОК 10	ОК 11	ОК 12	ОК 13		
Тема 1.1. Введение. Предмет гигиены и экологии человека. Основы общей экологии																													
Комбинированное занятие	+	+	+				+							+	+											+	+		
Самостоятельная работа	+	+	+																+	+									
Тема 2.1. Атмосферный воздух: его физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение																													
Комбинированные занятия	+	+					+			+				+		+		+	+								+		
Практическое занятие		+					+	+		+					+			+	+								+		
Самостоятельная работа		+													+			+											
Тема 2.2. Вода, ее физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение																													
Комбинированные занятия	+	+					+	+										+	+								+		
Практическое занятие		+					+	+		+					+	+												+	
Самостоятельная работа	+									+								+	+								+		
Тема 2.3. Почва, ее физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение																													
Комбинированные занятия	+	+					+	+						+					+								+	+	
Самостоятельная работа							+			+								+	+	+							+		
Тема 3.1. Гигиенические основы планировки и благоустройства населенных мест. Гигиена жилых и общественных зданий.																													
Комбинированные занятия	+	+					+	+		+				+			+										+	+	
Практическое занятие		+					+	+		+						+	+	+	+										



ЦМК СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ДИСЦИПЛИН ОТДЕЛЕНИЯ «ЛАБОРАТОРНАЯ ДИАГНОСТИКА»

РП ОП.05- С. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Комбинированное занятие				+	+		+	+	+	+		+	+	+	+			+			+							+	
Самостоятельная работа					+		+	+								+		+	+								+	+	
Дифференцированный зачет	+	+	+	+	+	+	+									+	+	+											+



4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия аудитории и учебного кабинета гигиены и экологии человека.

Оборудование лекционного кабинета и рабочих мест учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- специализированная мебель и оборудование:
шкафы для хранения приборов, наглядных пособий, учебно – методической документации.

Технические средства обучения:

- компьютеры для оснащения рабочего места преподавателя и обучающихся;
- интерактивная доска;
- мультимедиапроектор;
- технические устройства для аудиовизуального отображения информации;
- аудиовизуальные средства обучения.

Оснащение рабочих мест:

- приборы: термометры, гигрометры, анемометры, кататермометры, барометры – анероиды, термографы, гигрографы, барографы, люксметры;
- емкости для отбора проб воды;
- лабораторная посуда: пробирки, колбы, пипетки, часовые стёкла, цилиндры;
- спиртовки;
- ученические линейки;
- рулетки измерительные, измерительные ленты.

4.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Солодовников, Ю.Л. Гигиена и экология человека (цикл лекций и практических занятий) [Электронный ресурс] : учеб. пособие — Электрон. дан. — Санкт-Петербург : Лань, 2017. — 468 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/93778>. — Загл. с экрана.



2. Мустафина, И.Г. Гигиена и экология. Практикум [Электронный ресурс] : учеб. пособие — Электрон. дан. — Санкт-Петербург : Лань, 2017. — 472 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/95148>. — Загл. с экрана.

Дополнительные источники:

1. Грачева М.П., Леонова А.В., Матвеева Н.А. Гигиена и экология человека: Учебное пособие, 3 изд. / Под. ред. Матвеевой Н.А. – М.: Академия, 2009, - 209с.
2. Матвеева Н.А. Гигиена и экология человека. М.: КНОРус, 2011, - 328с.
3. Руководство к лабораторным занятиям по гигиене и основам экологии человека: для ВУЗов. /Под ред. Пивоварова Ю.П. – М.: Академия, 2006.
4. Пивоваров Ю.П., Королик В.В., Зиневич Л.С. Гигиена и основы экологии человека: учебное пособие для ВУЗов. Под ред. Пивоварова Ю.П. – М.: Академия, 2008 -528с.
5. Федеральный закон РФ от 30.03.1999 № 52-ФЗ «О санитарно – эпидемиологическом благополучии населения».
6. Федеральный закон РФ от 4. 05.1999 № 96-ФЗ «Об охране атмосферного воздуха».
7. Федеральный закон РФ от 3. 06.2006 № 73-ФЗ «О введении в действие Водного кодекса Российской Федерации».
8. Федеральный закон РФ от 14. 07. 2008 № 118-ФЗ «О внесении изменений в Водный кодекс РФ и отдельные законодательные акты Российской Федерации».
9. Методические рекомендации МР 2.3.1.2432-08 3.2.1. Рациональное питание. Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации.
10. СанПиН 2.3.2.1324–03 «Гигиенические требования к срокам годности и условиям хранения пищевых продуктов».
11. СанПиН 2.1.4.1074-01 «Питьевая вода. Гигиенические требования к качеству воды централизованных систем питьевого водоснабжения. Контроль качества».
12. СанПиН 2.4.1 2660-10 «Санитарно – эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях».
13. СанПиН 2.4.2.2821-10 от 29 12. 10. № 189 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях».
14. СанПиН 2.4.5.2409-08. «Санитарно – эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования».
15. ГОСТ 2761-84 «Источники централизованного хозяйственно – питьевого водоснабжения».
16. СанПиН 2.1.6.1032-01. «Гигиенические требования к обеспечению качества атмосферного воздуха населенных мест».
17. СанПиН 2.1.4.1175-02 «Требования к качеству воды нецентрализованного водоснабжения. Санитарная охрана источников».
18. СанПиН 2.1.2.1002-00 «Санитарно-эпидемиологические требования к жилым зданиям и помещениям».
19. СанПиН 2.3.2.1078-01«Гигиенические требования безопасности и пищевой ценности пищевых продуктов».
20. СанПиН 2.1.7.1287-03 от 15.06.2003. «Санитарно-эпидемиологические требования к качеству почвы».



21. СанПиН 2.1.7.2790-10 от 9.12.2010 №163 «Санитарно-эпидемиологические требования к обращению с медицинскими отходами».
22. Постановление Правительства РФ от 30.06.2004 г. № 322 г. Об утверждении «Положения о Федеральной службе по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека».
23. Постановление Правительства РФ от 15.09.2005 г. № 569 «О положении об осуществлении государственного санитарно-эпидемиологического надзора».

Интернет-ресурсы:

1. Министерство здравоохранения и социального развития РФ (<http://www.minzdravsoc.ru>)
2. Роспотребнадзор (<http://www.rospotrebnadzor.ru>)
3. ФГУЗ Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (<http://www.fcgsen.ru>)
4. Информационно – методический центр «Экспертиза» (<http://www.crc.ru>)
5. Центральный НИИ организации и информатизации здравоохранения (<http://www.mednet.ru>).
6. Электронная медицинская библиотека ([http://meduniver.com/Medical Book/index.html](http://meduniver.com/MedicalBook/index.html)).

4.3 Образовательные платформы для реализации программы с использованием электронного обучения, дистанционных образовательных технологий:

- образовательный портал колледжа
- электронная облачная платформа zoom



4.КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания):	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Освоенные умения	
Давать санитарно – гигиеническую оценку факторам окружающей среды.	Тестирование по темам 2.1, 2.2, 3.1, 4.1, 4.2, 6.2 с применением информационных технологий. Решение ситуационных задач по темам 2.1, 2.2, 4.1.4.3 Наблюдение и оценка выполнения практических работ по темам 2.1, 2.2, 3.1,4.2, 6.2.
Проводить санитарно – гигиенические мероприятия по сохранению и укреплению здоровья населения, предупреждению болезней.	Тестирование по темам 1.1, 2.1, 2.2, 2.3,3.1, 4.1, 4.2, 4.3, 5.1, 5.5, 6.2 с применением информационных технологий. Решение ситуационных задач по темам 2.1, 2.2, 2.3, 3.1,4,1,4,3. Анализ проведения санитарно-гигиенических мероприятий в форме деловой игры. Наблюдение и оценка выполнения практических действий.
Проводить гигиеническое обучение и воспитание населения.	Тестовый контроль с применением информационных технологий по темам 7.1,7.2. Решение ситуационных задач по темам 6.2, 7.1, 7.2. Защита санитарных бюллетеней, памяток, буклетов, агитационных плакатов, презентаций на практическом занятии по теме 7.2. Наблюдение и оценка выполнения практических действий
Освоенные знания:	



Современное состояние окружающей среды и глобальные экологические проблемы.	Фронтальный устный опрос, индивидуальный письменный опрос, тестирование с применением информационных технологий по темам 1.1, 2.1, 2.2, 2.3, 3.1, 4,1,4,3,6.1. Решение ситуационных задач. Анализ современного состояния окружающей среды. Контроль выполнения самостоятельной работы обучающихся, практическая работа по темам 2.1, 2. 2, 3.1, 4.1- 4,2, 4.3, 6.1.
Факторы окружающей среды, влияющие на здоровье человека	Фронтальный устный опрос, индивидуальный письменный опрос, тестирование с применением информационных технологий по темам 1.1, 2.1, 2.2, 2.3, 3.1, 4,1,4.2,4,3, 5.1, 7.1. Решение ситуационных задач. Анализ современного состояния окружающей среды. Контроль выполнения самостоятельной работы обучающихся, практическая работа по темам 2.1, 2. 2, 3.1, 4.1, 4,2, 4.3, 6.1. Наблюдение и оценка выполнения практических действий.
Основные положения гигиены.	Тестирование, фронтальный опрос, контроль выполнения самостоятельной работы по теме 1.1.Решение ситуационных задач по темам 1.1,4.1,5.1.
Гигиенические принципы организации здорового образа жизни.	Фронтальный опрос, индивидуальный опрос, тестирование с применением информационных технологий по темам 4.1,4.2,6.1,7.1.Решение ситуационных задач. Контроль выполнения самостоятельной работы обучающихся по темам 4.1, 4.2,6.1, 7.1,7.2.
Методы, формы и средства гигиенического воспитания населения.	Тестовый контроль с применением информационных технологий по теме 7.2. Контроль выполнения самостоятельной работы обучающихся по теме 7.2. Решение ситуационных задач. Наблюдение и оценка выполнения практических действий.



Итоговая аттестация

Дифференцированный зачет, который рекомендуется проводить на последнем практическом занятии.

Зачет включает в себя контроль усвоения теоретического материала (в виде тестирования) и контроль усвоения практических умений (индивидуальное выполнения практического задания и отчет преподавателю о выполненной работе).

Критерии оценки итогового зачета:

- уровень усвоения студентами материала, предусмотренного учебной программой дисциплины;
- уровень знаний и умений, позволяющих студенту решать типовые ситуационные задачи;
- обоснованность, четкость, полнота изложения ответов;
- уровень информационно-коммуникативной культуры.



Лист регистрации изменений

№ изменения	Номера листов (страниц)			Всего листов (страниц) в документе	Вход. № сопроводительного документа и дата	Подпись ответственного за внесение	Дата
	Измененных	Новых	Аннулированных				