



Рабочая программа составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 34.02.01 Сестринское дело, утвержденные приказом Министерства образования и науки РФ от 12.05.2014 г. № 502.

Рабочая программа предназначена для преподавания дисциплин общепрофессионального цикла обучающимся очной формы обучения по специальности 34.02.01 Сестринское дело.

**Организация – разработчик:** Автономная некоммерческая организация профессионального образования «Северо-Кавказский академический многопрофильный Колледж», город Ставрополь.



## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>4</b>
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>6</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>12</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>14</b>

# **1 . ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **ОП.05 ГИГИЕНА И ЭКОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА**

### **1.1. Область применения программы**

Примерная программа учебной дисциплины ОП.05 Гигиена и экология человека является частью примерной основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 34.02.01 Сестринское дело базовый уровень.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании в рамках реализации программ переподготовки кадров в учреждениях СПО.

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

Учебная дисциплина ОП.05 Гигиена и экология человека является общепрофессиональной и входит в общепрофессиональный цикл.

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

В результате освоения дисциплины обучающийся **должен уметь:**

– вести и пропагандировать здоровый образ жизни.

В результате освоения дисциплины обучающийся **должен знать:**

– основные положения гигиены и санитарии;

– роль и влияние природных, производственных и социальных факторов на здоровье населения;

– правовые основы рационального природопользования;

– значение гигиены в фармацевтической деятельности.

**Содержание учебной дисциплины ориентировано на подготовку обучающихся к освоению и овладению следующих 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.

ОК 12. 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.

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. Изготавливать лекарственные формы по рецептам и требованиям учреждений здравоохранения.

ПК 2.2. Изготавливать внутриаптечную заготовку и фасовать лекарственные средства для последующей реализации.

ПК 2.3. Сотрудничать с взаимодействующими организациями и службами.

#### **1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:**

Максимальная учебная нагрузка обучающегося **100** часов, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 66 часов;
- самостоятельной работы обучающегося 34 часа;

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Количество часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>100</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>66</b>
в том числе:	
лекционные занятия	40
практические занятия	26
курсовая работа (проект)	не предусмотрено
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>34</b>
<b>Форма итоговой аттестации – экзамен</b>	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)	Объем часов	Уровень усвоения	
1	2	3	4	
<b>Раздел 1. Основные положения гигиены и экологии человека</b>				
Введение. Гигиена и экология человека как наука		2		
<b>Раздел 2. Гигиена окружающей среды</b>				
<b>Тема 2.1.</b> Химический состав атмосферного воздуха и его гигиеническое значение	<b>Содержание учебного материала</b>		2	2
	1.	Химический состав атмосферного воздуха и его гигиеническое значение.		
	2.	Основные источники загрязнения атмосферного воздуха и его защита. Понятия о ПДК, ПДУ.		
	<b>Практическое занятие</b>		2	3
	1.	Воздух как фактор окружающей среды. Гигиеническая оценка микроклимата закрытых помещений.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		4	3
	1.	Подготовка информационного сообщения: «Влияние загрязнителей на здоровье и быт населения».		
	2.	Формирование информационного блока по теме: Правовые основы рационального природопользования: Федеральный закон от 4 мая 1999 г. N 96-ФЗ «Об охране атмосферного воздуха».		
<b>Тема 2.2.</b> Вода, ее физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение	<b>Содержание учебного материала</b>		2	1
	1.	Физиологическая роль воды в организме.		
	2.	Роль воды в распространении инфекционных и неинфекционных заболеваний, особенности водных эпидемий, геохимические эндемии.		
	<b>Практическое занятие</b>		2	2
	1.	Роль водного фактора в формировании здоровья населения. Особенности водных эпидемий.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		2	3

	1.	Подготовка информационного сообщения по вопросам: - «Источники загрязнения воды»; - «Санитарно-гигиеническое и хозяйственно-бытовое назначение воды»; - «Санитарная охрана водоемов и перспективы состояния водных ресурсов планеты в XXI веке».		
	2.	Составление графологической структуры по вопросу: «Загрязнение и самоочищение водоемов».		
<b>Тема 2.3</b> Почва, ее физические и химические свойства.	<b>Содержание учебного материала.</b>		2	1
	1.	Значение почвы как элемента биосферы.		2
	2.	Химический состав, структура, роль почвы.		
	3.	Роль микроорганизмов в почвообразовательном процессе.		
	4.	Санитарная охрана почвы.		
<b>Раздел 3. Экологические и гигиенические проблемы жилых и общественных зданий.</b>				
<b>Тема 3.1.</b> Гигиенические основы планировки и благоустройства населенных мест. Гигиена жилых и общественных зданий	<b>Содержание учебного материала.</b>		4	1
	1.	Требования к застройке населенных мест. Зонирование населенных мест.		1
	2.	Роль и влияние природных, производственных и социальных факторов на здоровье населения: гигиенические требования к планировке, освещению, отоплению, вентиляции жилых и общественных зданий.		
	<b>Практическое занятие</b>		2	2
	1.	Экологическое и гигиеническое значение жилища. Гигиенические требования к планировке, освещению, отоплению, вентиляции жилых и общественных зданий		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		4	2
	1.	Составление опорного конспекта: «Воздействие жилищных условий и степени благоустройства на здоровье и жизнедеятельность человека».		
	2.	Подготовка информационного сообщения: «Экологическая характеристика современных отделочных и строительных материалов».		
<b>Раздел 4. Гигиена питания</b>				
<b>Тема 4.1.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		4	1

Гигиенические основы питания. Пищевая и биологическая ценность продуктов питания	1.	Основы рационального питания.		
	2.	Физиологические нормы питания, режим питания.		
	3.	Принципы диетического питания, принципы составления лечебных диет.		
	<b>Практические занятия</b>		2	2
	1.	Физиологические нормы питания, режим питания. Расчет суточного рациона. Вести и пропагандировать здоровый образ жизни: Болезни, обусловленные пищевой неадекватностью: избыточное питание, авитаминозы, белково-калорийная недостаточность.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		2	3
Тема 4.2. Основные принципы рационального питания. Лечебное, лечебно – профилактическое	1.	Создание материалов презентации по вопросам темы: «Болезни, обусловленные пищевой неадекватностью: избыточное питание, белково-калорийная недостаточность»; «Болезни, обусловленные пищевой неадекватностью – авитаминозы»; «Йодированные продукты и продукты, обогащенные йодом».		
	<b>Содержание учебного материала</b>		4	
	Основные принципы рационального питания. Лечебное, лечебно – профилактическое			
	<b>Практические занятия</b>		2	
	Основы рационального питания. Режим питания			
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		2	3
Тема 4.3. Заболевания, связанные с характером питания. Пищевые отравления различной этиологии и их профилактика	<b>Содержание учебного материала</b>		2	1
	1.	Требования, предъявляемые к пищевым продуктам.		
	2.	Заболевания, связанные с характером питания и качеством пищевых продуктов.		
	3.	Инфекционные заболевания, гельминтозы, передающиеся алиментарным путем.		
	<b>Практическое занятие</b>		2	2
	1.	Требования, предъявляемые к пищевым продуктам.		
2.	Заболевания, связанные с характером питания и качеством пищевых продуктов. Пищевые токсикоинфекции, токсикозы. Профилактика инфекционных заболеваний.			

	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	2	2
	1. Выполнение реферата: «Ксенобиотики. Профилактика заболеваний».		
<b>Раздел 5. Гигиена труда.</b>		<b>2</b>	
<b>Тема 5.1.</b> Гигиенические основы трудовой деятельности.	<b>Содержание учебного материала</b>	2	1
	1. Трудовая деятельность и физиологические функции организма.		2
	2. Особенности труда аптечных работников.		
	3. Влияние производственных и социальных факторов на здоровье аптечных работников: профессиональные вредности и профессиональные заболевания.		
<b>Раздел 6. Гигиена детей и подростков</b>			
<b>Тема 6.1.</b> Состояние здоровья и физическое развитие детей и подростков. Гигиенические требования к организации учебно – воспитательного процесса	<b>Содержание учебного материала</b>	2	1
	1. Состояние здоровья и физическое развитие детей и подростков. Гигиенические требования к организации учебно – воспитательного процесса		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	4	2
	1. Выучить лекционный материал		
<b>Раздел 7. Гигиеническое обучение и воспитание населения.</b>			
<b>Тема 7.1.</b> Санитарно-гигиенические требования к помещениям разного назначения	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	1. Санитарно-гигиенические требования к помещениям разного назначения		
	<b>Практическое занятие</b>	2	
	1. Комплексная гигиеническая оценка размещения, условий труда и санитарного режима в аптеках.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	4	
	1. Выполнение реферата: «Гигиенические требования в аптечных организациях» (использовать первоисточник информации «Инструкция по санитарному режиму аптечных организаций, Приказ МЗ РФ № 309 от 21.10.1997 г.).		
<b>Тема 7.2.</b> Экология человека.	<b>Содержание учебного материала</b>	2	1
	1. Изменение экосистем под влиянием антропогенного фактора.		

Влияние экологических факторов на здоровье населения	2.	Экология человека.		
	3.	Здоровье как критерий антропоэкологической системы.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		6	2
	1.	Подготовка к дифференцированному зачету		
			<b>Экзамен</b>	
			<b>Всего</b>	<b>100</b>

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1 - ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств).

2 - репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством).

3 - продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач).

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

**3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:**

Учебная аудитория для проведения занятий всех видов, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

**Кабинет гигиены и экология человека**

**Комплект учебной мебели:** ученические столы – 12 шт., стулья – 25 шт., преподавательский стол – 1 шт., доска учебная – 1 шт.

**Наглядные средства обучения:** комплект учебно-наглядных пособий (плакаты, таблицы о гигиене: «Гигиена дыхания», «Гигиена зрения», «Гигиена питания», «Гигиена полости рта», «Предупреждение воздушно-капельных инфекций», «Предупреждение пищевых отравлений», «Предупреждение желудочно-кишечных инфекций», «Профилактика инфекционных заболеваний»), образцы бланков направлений на микробиологические исследования, регистрации результатов проведённых исследований, плакаты и средства наглядной агитации, используемые в профилактической деятельности: «Вирусы», «Компоненты иммунной системы», «Противовирусный иммунитет», «Иммунопрофилактика», «Систематика и номенклатура микроорганизмов», «Виды иммунитета».

**Стационарное оборудование:** общий рабочий стол для работы с реактивами, шкаф для реактивов, инструментов и приборов, лабораторная посуда и принадлежности, аппарат для дезинфекции воздуха, лупа ручная (4х-7х), стерилизатор паровой, микроскопы с иммерсионной системой.

**Лабораторное оборудование:** микроскопы – 2 шт., стеклянные флаконы емкостью 0,5-1 л 2 – 5 шт., колбы – 3 шт., цилиндры Несслера – 12 шт., химические стаканы – 5 шт., шкала цветности – 1 шт., термометры максимальные – 2 шт., термометры минимальные – 2 шт., барометр – 2 шт., спиртовки – 2 шт.

**Технические средства обучения:** рабочее место преподавателя, персональный компьютер с подключением к сети «Интернет», принтер.

**Программное обеспечение:** Microsoft Office Professional Plus 2016 Russian Academic OLP 1 License No Level, Microsoft WINHOME 10 Russian Academic OLP 1 License No Level Legalization Get Genuine, Microsoft Windows Professional 10 Sngl Upgrade Academic OLP 1 License No Level.

### 3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

#### 3.2.1. Основная литература:

1. Гигиена и экология человека. Питание: учебное пособие для среднего профессионального образования / А. И. Козлов. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва: Издательство Юрайт, 2021. – 187 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-12965-6. – URL: <https://urait.ru/bcode/487538>.

2. Анатомия и физиология человека: учебник для среднего профессионального образования / А. О. Дробинская. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва: Издательство Юрайт, 2021. – 414 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-00684-1. – URL: <https://urait.ru/bcode/471142>.

3. Гигиена и экология человека: учебное пособие / И. Г. Крымская. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2020. – 424 с. – (Среднее медицинское образование). – ISBN 978-5-222-35181-9. – URL:

<https://znanium.com/catalog/product/1223254>.

4. Гигиена и экология человека: учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. А. Трифонова, Н. В. Мищенко, Н. В. Орешникова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва: Издательство Юрайт, 2019. – 206 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-06430-8. – URL: <https://urait.ru/bcode/441261>.

### **3.2.2. Дополнительная литература:**

1. Гигиена и экология человека (цикл лекций и практических занятий): учебное пособие / Ю.Л. Солодовников. – 5-е изд., стер. – Санкт–Петербург: Лань, 2020. – 468 с. – ISBN 978-5-8114-4990-3. – URL: <https://e.lanbook.com/book/130192>.

2. Гигиена и экология человека: гигиена труда и отдыха: учебно-методическое пособие: учебно-методическое пособие / Л. Р. Ханнанова-Фахрутдинова. – Казань: КНИТУ, 2018. – 136 с. – ISBN 978-5-7882-2481-7. – URL: <https://e.lanbook.com/book/166133>.

3. Экология и здоровье человека: учебное пособие / Х. М. Ахмадуллина, У. З. Ахмадуллин. – 2-е изд. – Москва: ФЛИНТА, 2018. – 216 с. – ISBN 978-5-9765-3588-6. – URL: <https://e.lanbook.com/book/102611>.

### **3.2.3. Интернет-ресурсы: Перечень Интернет-ресурсов, необходимых для освоения дисциплины**

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине, используются следующие электронные библиотечные системы (ЭБС):

1. <https://znanium.com/>
2. <http://urait.ru/>
3. <https://e.lanbook.com/>

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине, используются следующие профессиональные базы данных:

1. Министерство здравоохранения и социального развития РФ <http://www.minzdravsoc.ru>.
2. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека <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.КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляются преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
<b>Освоенные умения:</b> – вести и пропагандировать здоровый образ жизни.	Письменный опрос, устный опрос, компьютерное тестирование, решение ситуационных задач, контроль выполнения практического задания по темам.
<b>Усвоенные знания:</b> – основные положения гигиены и санитарии	Письменный опрос, устный опрос, компьютерное тестирование, решение ситуационных задач по темам..
– роль и влияние природных, производственных и социальных факторов на здоровье населения	Письменный опрос, устный опрос, компьютерное тестирование, решение ситуационных задач по темам.
– правовые основы рационального природопользования	Письменный опрос, устный опрос, компьютерное тестирование по темам.
– значение гигиены в фармацевтической деятельности	Письменный опрос, устный опрос, компьютерное тестирование, решение ситуационных задач по темам.