



**БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ХАНТЫ - МАНСЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ  
«КОГАЛЫМСКИЙ ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»**

УТВЕРЖДЕНА  
Приказом директора №237  
«02» 09. 2019г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
ОП 05. «ГИГИЕНА И ЭКОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА»**

программы подготовки специалистов среднего звена по специальности СПО  
34.02.01 «Сестринское дело»

Форма обучения	очная
Курс	2
Семестр	4

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 34.02.01.«Сестринское дело».

**Организация-разработчик:** бюджетное учреждение профессионального образования Ханты – Мансийского автономного округа - Югры «Когалымский политехнический колледж».

РАССМОТРЕНО

на заседании методического объединения естественнонаучного цикла  
Протокол № 5 от «20» мая 2019г.

Руководитель МО И.А. Елфимова Елфимова Н.А.

подпись

СОГЛАСОВАНО

Педагог- библиотекарь Л.Н. Родионова /Родионова Л.Н.

подпись

СОГЛАСОВАНО методическим советом

Председатель МС И.В. Головань /Головань И.В.

подпись

**Разработчики:**

Преподаватель БУ «Когалымский политехнический колледж»

Сибанбаева Ботагоз Хайретдиновна

Сибанбаева

<b>СОДЕРЖАНИЕ</b>	<b>стр.</b>
<b>1 . ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	4
<b>2 . СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	6
<b>3 . УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	14
<b>4 . КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	16

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОП.05 Гигиена и экология человека

### 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины «Гигиена и экология человека» является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО **34.02.01 «Сестринское дело»**

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании (в программах повышения квалификации и переподготовки специалистов по специальности **34.02.01 «Сестринское дело»**)

**12. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** Дисциплина ОП.05 Гигиена и экология человека входит в состав общепрофессиональных дисциплин профессионального цикла

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

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

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

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

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

**В результате освоения учебной дисциплины должны формироваться компетенции:**

**общие**

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 (подчинённых), 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.

### **профессиональные**

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.

несчастных случаях, чрезвычайных ситуациях и в условиях эпидемии.

### **14. Рекомендуемое количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающихся - 54 часа, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающихся -36 часов; самостоятельной работы обучающихся 18 часа.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	54
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	36
в том числе:	
практические занятия	24
лекции	12
<b>Самостоятельная работа студента (всего)</b>	18
в том числе:	
подготовка реферативного сообщения по теме; решение ситуационных задач; решение тестовых заданий; расчёт обеспеченности рациона белками, жирами, углеводами, витаминами, минералами и энергией; гигиеническая оценка рациона, выявление признаков витаминной и минеральной недостаточности; составление электронных слайд - презентаций по заданной теме дисциплины; работа с дополнительными источниками информации по теме занятия с оформлением результатов; составление мини-лекции с презентацией для выступления в группе (подгруппе, в школе) составление санбюллетеня, информационного листка или конспекта беседы с разными группами населения по вопросам формирования здорового образа жизни;	
<b>Промежуточная аттестация в форме дифзачёта</b>	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины Гигиена и экология человека

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>Тема 1. Основные положения гигиены и экологии человека. Окружающая среда и биосфера.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	6	
	1. Предмет и задачи гигиены и экологии. 2. Методы гигиенических исследований. 3. Государственный санитарный надзор и его виды. 4. Структура санитарно-эпидемиологической 5. Структура службы Роспотребнадзора РФ 6. Предмет и задачи экологии. 7. Классификация факторов окружающей Среды и биосферы.		2
	<b>Теоретическое занятие</b>	2	
	Предмет и задачи гигиены и экологии		
	<b>Практическое занятие</b>		
	Предмет и задачи гигиены и экологии. Государственный санитарный надзор и его виды.	2	
	<b>Самостоятельная работа студентов</b>		
	1. Решение ситуационных задач по теме 2. Решение тестов по теме На выбор дополнительно: 3. Подготовка реферативных сообщений по теме 4. Составление электронных слайд-презентаций по теме занятия	2	
<b>Тема 2. Основы рационального питания. Классификация алиментарных заболеваний. Нутриенты в питании</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	6	
	1. Принципы рационального питания. 2. Методы проверки принципов рационального питания 3. Классификация алиментарных заболеваний и их профилактика.		2

	4. Роль и значение белков, жиров, углеводов в питании их классификация. 5. Изучение адекватности индивидуального питания		
	<b>Теоретическое занятие</b>		
	Основы рационального питания. Нутриенты в питании	2	
	<b>Практические занятия</b>		
	Основы рационального питания. Классификация алиментарных заболеваний.	2	
	<b>Самостоятельная работа студентов</b>		
	1. Решение ситуационных задач по теме 2. Решение тестов по теме На выбор дополнительно: 3. Подготовка реферативных сообщений по теме 4. Составление электронных слайд-презентаций по теме занятия 5. Расчет адекватности индивидуального питания	2	
<b>Тема 3. Витамины в питании.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	6	
	1. Классификация витаминов. 2. Физико-гигиеническая характеристика витаминов 3. Виды витаминного статуса организма. 4. Роль водорастворимых витаминов в питании. 5. Роль жирорастворимых витаминов в питании. 6. Понятие о биодозе УФО. 7. Рахит и его профилактика		2
	<b>Теоретическое занятие</b>		
	Витамины в питании.	2	
	<b>Практическое занятия</b>		
	Витамины в питании.	2	
	<b>Самостоятельная работа студентов</b>		
	1. Решение ситуационных задач по теме 2. Решение тестов по теме На выбор дополнительно: 3. Подготовка реферативных сообщений по теме 4. Составление электронных слайд-презентаций по теме занятия 5. Расчет употребления витаминов в рационе своего питания	2	



<b>Тема 4. Профилактика и расследование пищевых отравлений, заболеваний связанных с качеством продуктов</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	6	
	1.Классификация пищевых отравлений. 2.Этиология ,патогенез клиника отравлений микробной этиологии: -токсикоинфекции -бактериальные токсикозы 3.Этиология ,патогенез клиника отравлений не микробной этиологии: -ядовитыми растениями и грибами -солями тяжелых металлов -агрохимикатами 4.Этиология ,патогенез клиника микотоксикозов 5.Заболевания не установленной этиологии 6.Тактика мед.работников при обнаружении пищевого отравления. 7.Схема расследования пищевого отравления 8.Профилактика пищевых отравлений		2
	<b>Теоретическое занятие</b>		
	Профилактика пищевых отравлений	2	
	<b>Практическое занятие</b>		
	Профилактика и расследование пищевых отравлений	2	
	<b>Самостоятельная работа студентов</b>		
	1.Решение ситуационных задач по теме 2.Решение тестов по теме На выбор дополнительно: 3. Подготовка реферативных сообщений по теме 4. Составление электронных слайд-презентаций по темезанятия	2	
<b>Тема 5.Гигиеническая оценка факторов микроклимата.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	6	
	1.Понятия о климате и микроклимате. 2.Гигиеническое значение влажности, методы ее определения. Нормы. 3.Гигиеническое значение температуры и методы ее определения. Нормы.		2

	<p>4. Гигиеническое значение скорости движения воздуха и методы ее определения</p> <p>5. Характеристика микроклимата различных помещений учебных, жилых, операционных.</p> <p>6. Виды нарушения терморегуляции организма.</p> <p>7. Пути оптимизации микроклиматических условий в помещении.</p>		
	<b>Теоретическое занятие</b>		
	Оценка факторов микроклимата	2	
	<b>Практическое занятие</b>		
	Гигиеническая оценка факторов микроклимата.	2	
	<b>Самостоятельная работа студентов</b>		
	<p>1. Решение ситуационных задач по теме</p> <p>2. Решение тестов по теме</p> <p>На выбор дополнительно:</p> <p>3. Подготовка реферативных сообщений по теме</p> <p>4. Составление электронных слайд-презентаций по теме занятия</p> <p>5. Определение параметров микроклимата в помещении (температуры, влажности, скор. движения воздуха, по выбору).</p>	2	
<b>Тема 6. Экологически значимые свойства атмосферного воздуха</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	3	
	<p>1. Роль воздушной среды в жизни организмов.</p> <p>2. Физический состав атмосферного воздуха</p> <p>3. Причины и профилактика горной и кессонной болезни.</p> <p>4. ПДК CO<sub>2</sub> для помещений методы определения.</p> <p>5. Погода, влияние на организм</p> <p>6. Загрязнение атмосферного воздуха и борьба с ним.</p>		2

	<b>Практическое занятие</b>		
	Экологически значимые свойства воздуха	2	
	<b>Самостоятельная работа студентов</b>		
	1.Решение ситуационных задач по теме 2.Решение тестов по теме На выбор дополнительно: 3. Подготовка реферативных сообщений по теме 4. Составление электронных слайд-презентаций по темезанятия	1	
<b>Тема 7. Значение солнечной радиации. Гигиенические требования к освещению</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	1.Солнечная радиация. Спектральный состав солнечного света. 2.Понятие о солнечном голодании, проявление профилактика. 3.Физиологическое действие спектра солнечного света на организм. 4. Гигиенические требования к естественному освещению. 5. Гигиенические требования к искусственному освещению в различных помещениях. 6.Светотехнические величины.	3	2
	<b>Практическое занятие</b>		
	Значение солнечной радиации	2	
	<b>Самостоятельная работа студентов</b>		
	1.Решение ситуационных задач по теме 2.Решение тестов по теме На выбор дополнительно: 3. Подготовка реферативных сообщений по теме 4. Составление электронных слайд-презентаций по темезанятия	1	
<b>Тема 8. Значение воды. Роль водного фактора в формировании здоровья.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	6	

	<p>1. Физиологическая роль воды.</p> <p>2. Документы регламентирующие качество воды.</p> <p>3. Роль воды в распространении инфекционных и не инфекционных заболеваний.</p> <p>4. Гигиенические (органолептические, физические, химические) требования к качеству воды</p> <p>5. Микробиологические и радиологические требования к качеству воды.</p> <p>6. Загрязнение и самоочищение водоемов.</p> <p>7. Гигиеническая характеристика источников водоснабжения.</p> <p>8. Методы очистки и обеззараживания воды.</p> <p>9. Направления охраны водоемов от загрязнения.</p>		2
	<b>Теоретическое занятие</b>		
	Значение воды.	2	
	<b>Практические занятия</b>		
	Значение воды.	2	
	<p><b>Самостоятельная работа студентов</b></p> <p>1. Решение ситуационных задач по теме</p> <p>2. Решение тестов по теме</p> <p>На выбор дополнительно:</p> <p>3. Подготовка реферативных сообщений по теме</p> <p>4. Составление электронных слайд-презентаций по теме занятия</p>	2	
<b>Тема 9. Гигиена лечебно-профилактических учреждений</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	3	
	<p>1. Требования к выбору участка и зонированию ЛПУ.</p> <p>2. Гигиенические требования к структурным подразделениям больниц.</p> <p>3. Требования к освещению и микроклимату в различных помещениях ЛПУ (палаты, операционные, вспом. помещения)</p> <p>4. Профилактика внутрибольничных инфекций.</p>		2
	<b>Практическое занятие</b>		
	Гигиена лечебно-профилактических учреждений	2	

	<b>Самостоятельная работа студентов</b>		
	1.Решение ситуационных задач по теме 2.Решение тестов по теме На выбор дополнительно: 3. Подготовка реферативных сообщений по теме 4. Составление электронных слайд-презентаций по темезанятия	1	
<b>Тема 10. Гигиена труда . Профессиональные вредности. Радиационная гигиена.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	3	
	1.Физиология труда, профилактика утомления. 2.Изменения в организме в процессе труда. 3.Классификация профессиональных заболеваний. 4.Классификация пыли и ее влияние на организм.Профилактика. 5. Виды источников ионизирующего излучения 6.Действие радиации на организм 7.Принципы защиты от источников радиационного излучения.		2
	<b>Практические занятия</b>	2	
	Гигиена труда .		
	<b>Самостоятельная работа студентов</b>		
	1.Решение ситуационных задач по теме 2.Решение тестов по теме На выбор дополнительно: 3. Подготовка реферативных сообщений по теме 4. Составление электронных слайд-презентаций по темезанятия	1	
<b>Тема 11. Гигиена детей и подростков</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	3	

	<p>1.Основные закономерности роста и развития детского организма.  2.Методы изучения и оценка физического развития детей и подростков.  3.Закаливание детей.  4.Профилактика гиподинамии.  5.Требования к оборудованию и назначению учебно-воспитательных учреждений( ДДУ ,школы. гимназии, лицеи ,колледжи и др.)</p>		2
	<b>Практическое занятие</b>		
	Гигиена детей и подростков	2	
	<b>Самостоятельная работа студентов</b>		
	<p>1.Решение ситуационных задач по теме  2.Решение тестов по теме  На выбор дополнительно:  3. Подготовка реферативных сообщений по теме  4. Составление электронных слайд-презентаций по темезанятия</p>	1	
<b>Тема 12. Гигиена чрезвычайных ситуаций в мирное и военное время. Дифференцированный зачет</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	3	
	<p>Понятие о катастрофах и чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени их классификация.  Гигиена полевого размещения войск  Основы органи зации и проведения санитарного надзора в полевых условиях.  Организация питания, водоснабжения,размщения вооруженных формирований.  Этапы оказания медицинской до врачебной помощи в полевых условиях.</p>		2
	<b>Практические занятия</b>		
	Гигиена чрезвычайных ситуаций.	1	
	<b>Самостоятельная работа студентов</b>		
	1.Решение ситуационных задач по теме	1	

	2.Решение тестов по теме На выбор дополнительно: 3. Подготовка реферативных сообщений по теме 4. Составление электронных слайд-презентаций по теме занятия		
	<b>Дифзачет</b>	<b>1</b>	
	<b>всего</b>	<b>54</b>	

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Требования к материально-техническому обеспечению**

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

Оборудование :

- 1 Столы, стулья для преподавателя и студентов;
- 2 Шкафы для хранения приборов, наглядных пособий, учебно – методической документации;
3. Доска классная; доска интерактивная (при наличии)

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы:

##### **Основные источники:**

- 1 . Крымская, И.Г. Гигиена и экология человека: учеб.пособ / И.Г. Крымская. – Ростов на/Дону: Феникс, 2019.- 413 с. – Текст: непосредственный.
2. Голубев В.В. Основы педиатрии и гигиена детей раннего и дошкольного возраста. – М.: Академия, 2017. –325 с. – Текст: непосредственный.
3. Прохоров, Б. Б. Общая экология человека: Учебник / Б.Б. Прохоров, М.В. Черковец. - Москва : НИЦ ИНФРА-М, 2016. - 424 с. - ISBN 978-5-16-010142-2. - Текст : электронный. - URL: <https://new.znaniyum.com/catalog/product/522979> (дата обращения: 22.05.2019)

##### **Дополнительные источники:**

1. Без автора, Экологическая энциклопедия. В 6т. А - Я / Гл. ред. В.И. Данилов-Данильян; Ред. коллегия К.С. Лосев. - М.: Энциклопедия, 2018. - 656 с. - ISBN 978-5-94802-052-5. - Текст: электронный. - URL: <https://znaniyum.com/catalog/product/962103> (дата обращения: 08.05.2019). – Режим доступа: по подписке.
2. Леван, Т. Н. Здоровье ребенка в современной информационной среде : учебно-методическое пособие / Т.Н. Леван. — М. : ФОРУМ : ИНФРА-М, 2018. — 224 с. — Текст : электронный. - URL: <https://znaniyum.com/catalog/product/952297> (дата обращения: 08.05.2019). – Режим доступа: по подписке.



#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания):	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>Освоенные умения Вести и пропагандировать здоровый образ жизни.</p> <p>Усвоенные знания Основные положения гигиены и санитарии Роль природных и социальных факторов на здоровье населения Основы организации Роспотребнадзора в различных областях гигиены Значение гигиены в практической деятельности медицинской сестры</p>	<p>Оценка результатов выполнения заданий в тестовой форме Оценка результатов решения проблемно-ситуационных задач Оценка результатов письменного и устного опроса Оценка выполнения компьютерной презентации Наблюдение и оценка выполнения практических действий на занятиях Оценка ответа на дифзачёте</p>

**ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ,  
ВНЕСЕННЫХ В РАБОЧУЮ ПРОГРАММУ**

№ изменения, дата внесения изменения; № страницы с изменением;	
<b>БЫЛО</b>	<b>СТАЛО</b>
Основание:	
Подпись лица внесшего изменения	