

**МИНОБРНАУКИ РОССИИ**  
политехнический колледж филиала федерального государственного бюджетного  
образовательного учреждения высшего образования  
«Майкопский государственный технологический университет»  
в поселке Яблоновском

Предметная (цикловая) комиссия медицинских дисциплин

**УТВЕРЖДАЮ:**  
Директор филиала МГТУ  
в поселке Яблоновском  
Р. И. Екутеч  
« 25 » 08 \_\_\_\_\_ 2021г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

Наименование дисциплины ОП.05 Гигиена и экология человек

Наименование специальности 34.02.01 Сестринское дело

Квалификация выпускника медицинская сестра/медицинский брат

Формы обучения очная (на базе среднего общего образования)

Рабочая программа составлена на основе ФГОС СПО и учебного плана филиала МГТУ в поселке Яблоновском по специальности 34.02.01 Сестринское дело

Составитель рабочей программы:

Преподаватель

  
(подпись)

Н.В.Межуева  
ФИО

Рабочая программа утверждена на заседании предметной (цикловой) комиссии медицинских дисциплин

Председатель предметной  
(цикловой) комиссии

«25» 08 20 21 г.

  
(подпись)

Межуева Н.В  
ФИО

СОГЛАСОВАНО:

Старший методист политехнического  
колледжа филиала МГТУ в поселке  
Яблоновском

« 25 » 08 20 21 г.

  
(подпись)

А. А. Алескерова  
ФИО

## СОДЕРЖАНИЕ

|  |          |
|--|----------|
| 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  | стр<br>4 |
| 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ И ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ<br>ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 6        |
| 3. КАЛЕНДАРНЫЙ ГРАФИК ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ  | 15       |
| 4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ   | 15       |
| 5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ ПО<br>РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ               | 17       |
| 6. АДАПТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРИ ОБУЧЕНИИ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ<br>С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ    | 18       |
| 7. ЛИСТ ВНЕСЕННЫХ ИЗМЕНЕНИЙ  | 20       |

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОП.05 Гигиена и экология человека

### 1.1. Область рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины ОП.05 Гигиена и экология человека (далее – программа) является составной частью основной профессиональной образовательной программы филиала МГТУ в поселке Яблоновском в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования (далее – ФГОС СПО) по специальности 34.02.01 Сестринское дело.

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

Дисциплина ОП.05 Гигиена и экология человека входит в состав дисциплин профессионального цикла.

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

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

У1-давать санитарно – гигиеническую оценку факторам окружающей среды;

У2-проводить санитарно – гигиенические мероприятия по сохранению и укреплению здоровья населения, предупреждению болезней;

У3-проводить гигиеническое обучение и воспитание населения.

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

З1-современное состояние окружающей среды и глобальные экологические проблемы;

З2-факторы окружающей среды, влияющие на здоровье человека;

З3-Основные положения гигиены;

З4-гигиенические принципы организации здорового образа жизни;

З5-методы, формы и средства гигиенического воспитания населения.

Освоение программы учебной дисциплины ОП.05 Гигиена и экология человека способствует формированию общих и профессиональных компетенций в рамках определенных видов профессиональной деятельности.

### 1.4 Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Образовательная и воспитательная деятельность направлена на формирование у обучающихся 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. Решать проблемы, оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность подчиненных, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за результат выполнения заданий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Быть готовым к смене 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.

ПК 1.1. Проводить мероприятия по сохранению и укреплению здоровья населения, пациента и его окружения.

ПК 1.2. Проводить санитарно-гигиеническое просвещение 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.

### **1.5 Количество часов на освоение программы:**

максимальная учебная нагрузка обучающегося – 85 часов, в том числе:

обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося – 56 часов,

самостоятельная работа обучающегося – 25 часов,

консультации – 4 часа.

**2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ И ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
ОП.05 Гигиена и экология человека**

**2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

| <b>Вид учебной работы</b>  | <b>Количество часов<br/>(всего)</b> | <b>1 семестр</b>  | <b>2 семестр</b>  |
|--|-------------------------------------|-------------------|-------------------|
| <b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка</b>                      | <b>56</b>                           | <b>26</b>         | <b>30</b>         |
| в том числе  |                                     |                   |                   |
| теоретические занятия (Л)  | 32                                  | 14                | 18                |
| практические занятия (ПЗ)  | 12                                  | 6                 | 6                 |
| Семинарские занятия  | 12                                  | 6                 | 6                 |
| <b>Самостоятельная работа обучающихся<br/>(СРС) (всего)</b>          | <b>25</b>                           | <b>11</b>         | <b>14</b>         |
| <b>Консультации</b>  | <b>4</b>                            | <b>2</b>          | <b>2</b>          |
| Формой промежуточной аттестации<br>является дифференцированный зачет | <b>диф. зачет</b>                   | <b>диф. зачет</b> | <b>диф. зачет</b> |
| <b>Общая трудоемкость</b>  | <b>85</b>                           | <b>39</b>         | <b>46</b>         |

## 2.2. Тематический план дисциплины ОП.05 Гигиена и экология человека

| № п/п   | Шифр и № занятия | Наименование тем  | Макс. учебная нагрузка на студента, час. | Количество часов      |                      |                     |              |                                    |
|---|------------------|---|--|-----------------------|----------------------|---------------------|--------------|------------------------------------|
|   |                  |   |  | Теоретические занятия | Практические занятия | Семинарские занятия | Консультации | Самостоятельная работа обучающихся |
| <b>Раздел 1. Предмет гигиены и экологии человека. Основы общей экологии</b>   |                  |   |  |                       |                      |                     |              |                                    |
| 1   | Л1               | Экология и гигиена, их значение для человека.   | 3  | 2                     | -                    | -                   |              | 1                                  |
| <b>Раздел 2. Санитарно-гигиеническая оценка факторов окружающей среды</b>   |                  |   |  |                       |                      |                     |              |                                    |
| 2   | Л2               | Атмосферный воздух его физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение                     | 3  | 2                     | -                    | -                   | -            | 1                                  |
| 3   | С31              | Принципы защиты воздушной среды. Мероприятия по профилактике загрязнений атмосферного воздуха                       | 3  | -                     | -                    | 2                   | -            | 1                                  |
| 4   | ПЗ1              | Методы измерения физических параметров воздушной среды. Гигиеническая оценка физических параметров воздушной среды. | 3  | -                     | 2                    | -                   | -            | 1                                  |
| 5   | Л3               | Вода, ее физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение                                   | 3  | 2                     | -                    | -                   | -            | 1                                  |
| 6   | С32              | Анализ органолептических свойств воды. Гигиеническая оценка качества питьевой воды.                                 | 3  | -                     |                      | 2                   | -            | 1                                  |
| 7   | Л4               | Почва, ее физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение                                  | 4  | 2                     | -                    | -                   | 1            | 1                                  |
| 8   | С33              | Почва, ее физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение                                  | 3  | -                     | -                    | 2                   | -            | 1                                  |
| <b>Раздел 3. Санитарно-гигиенические мероприятия по сохранению и укреплению здоровья населения, предупреждению болезней</b> |                  |   |  |                       |                      |                     |              |                                    |
| 9   | Л5               | Гигиена жилых и общественных зданий.<br>Гигиена ЛПО   | 3  | 2                     | -                    | -                   | -            | 1                                  |

|  |        |  |           |           |           |           |          |           |
|--|--------|--|-----------|-----------|-----------|-----------|----------|-----------|
| 10   | ПЗ2    | Гигиеническая оценка естественного освещения.<br>Гигиеническая оценка искусственного освещения.  | 4         | -         | 2         |           | 1        | 1         |
| 11   | Л6-7   | Гигиенические основы физиологии и биохимии питания. Характеристика продуктов питания   | 5         | 4         | -         | -         | -        | 1         |
| 12   | ПЗ3    | Органолептическая оценка пищевых продуктов.  | 2         | -         | 2         | -         | -        | -         |
|  |        | <b>1 семестр</b>   | <b>39</b> | <b>14</b> | <b>6</b>  | <b>6</b>  | <b>2</b> | <b>11</b> |
| 13   | Л8     | Лечебное, лечебно – профилактическое питание   | 3         | 2         | -         | -         | -        | 1         |
| 14   | ПЗ4    | Оценка суточного рациона. Анализ суточного рациона.  | 3         | -         | 2         | -         | -        | 1         |
| 15   | Л9-10  | Заболевания, связанные с характером питания. Пищевые отравления различной этиологии и их профилактика  | 6         | 4         | -         | -         | 1        | 1         |
| 16   | Л11-12 | Гигиена труда.<br>Профилактика профессиональных заболеваний  | 6         | 4         | -         | -         | -        | 2         |
| 17   | ПЗ5    | Борьба с профзаболеваниями. Оценка работоспособности   | 3         | -         | 2         | -         | -        | 1         |
| 18   | Л13-14 | Гигиена детей и подростков   | 5         | 4         | -         | -         | -        | 1         |
| 19   | ПЗ6    | Гигиеническая оценка режима дня и школьного расписания.<br>Оценка физического развития детей и подростков.<br>Гигиеническая оценка мебели и микроклимата в учебных помещениях. | 4         | -         | 2         | -         | -        | 2         |
| <b>Раздел 4. Гигиеническое обучение и воспитание населения</b> |        |  |           |           |           |           |          |           |
| 20   | Л15    | Здоровый образ жизни и пути его формирования   | 3         | 2         | -         | -         | -        | 1         |
| 21   | С34    | <b>Урок – диспут по теме «Здоровый образ жизни и пути его формирования»</b>  | 3         | -         | -         | 2         | -        | 1         |
| 22   | Л16    | Санитарное просвещение населения.  | 3         | 2         | -         | -         | -        | 1         |
| 23   | С35    | Формы гигиенического воспитания: индивидуальные, групповые, массовые.  | 4         | -         | -         | 2         | 1        | 1         |
| 24   | С36    | Санитарное просвещение населения.  | 3         | -         | -         | 2         | -        | 1         |
|  |        | <b>2 семестр</b>   | <b>46</b> | <b>18</b> | <b>6</b>  | <b>6</b>  | <b>2</b> | <b>14</b> |
|  |        | <b>ИТОГО</b>   | <b>85</b> | <b>32</b> | <b>12</b> | <b>12</b> | <b>4</b> | <b>25</b> |



### 2.3. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.05 ГИГИЕНА и экология человека

| Наименование разделов и тем   | Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся  | Объем часов | Коды формируемых компетенций, осваиваемых знаний и умений |
|---|--|-------------|---|
| <b>Раздел 1.</b><br><b>Предмет гигиены и экологии человека.</b><br><b>Основы общей экологии</b> | <b>Содержание учебного материала</b>   | 3           | ОК1-ОК13,<br>ПК1.1-ПК1.3,<br>ПК2.1-ПК2.3<br>У1-У3,31-35   |
|   | Экология как наука. Среда обитания и факторы среды. Экосистемы и антропогенное воздействие на них.<br>Ноосфера – биосфера, преобразованная человеком. Глобальные экологические проблемы.<br>Предмет гигиены и экологии человека. Основные положения гигиены. Содержание, связь с другими дисциплинами, междисциплинарными курсами. Роль гигиены и экологии в системе наук, изучающих природную среду. Задачи гигиены и экологии. Разделы гигиены и экологии.<br>Методы гигиенических исследований, гигиеническое нормирование. Профилактика, виды профилактики.<br>Краткая история возникновения гигиены, экологии и экологии человека.<br><i>Современное состояние окружающей среды. Характеристика результатов антропогенного воздействия на окружающую природную среду, основные причины глобальных экологических проблем (изменение климата, кислотные дожди, «озоновые дыры», сокращение площади лесов, «легких планеты», загрязнение мирового океана, сокращение разнообразия биологических видов). Влияние факторов окружающей среды на здоровье населения.</i><br><i>Гигиеническое значение климата и погоды.</i><br>Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор), ее структура, виды деятельности, задачи, функции. |             |   |
|   | <b>Теоретический материал</b><br>1. Экология и гигиена, их значение для человека.  | 2           |   |
|   | <b>Самостоятельная внеаудиторная работа обучающихся</b><br>1. Подготовка реферата (примерные темы: Роль М. Петенкофера в развитии гигиены. История развития гигиены. Влияние природных и антропогенных экологических факторов на здоровье населения. и др.)<br>2. Изучение основной и дополнительной литературы.   | 1           |   |
| <b>Раздел 2. Санитарно-</b>   | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>21</b>   | ОК1-ОК13,   |

|   |  |          |  |
|---|--|----------|--|
| <b>гигиеническая оценка факторов окружающей среды</b> | Физические свойства воздуха - температура, влажность, подвижность воздуха, атмосферное давление, электрическое состояние, их гигиеническое значение. Характеристика солнечной радиации.<br>Роль зеленых насаждений. Значение благоустройства.<br><i>Химический состав атмосферного воздуха и его гигиеническое значение – постоянные составные части воздуха, газообразные примеси, микроорганизмы, механические примеси. Источники загрязнения. Механизмы образования смога. Влияние загрязнения атмосферного воздуха на здоровье и санитарные условия жизни населения.</i><br>Представление о технологических, санитарно – технических мероприятиях. Меры планировочного характера для защиты населения от воздействия источников загрязнения воздушной среды о ПДК.<br>Гигиеническое значение состава и свойств почвы. Почвенный воздух, пористость, капиллярность. Химический состав почвы. Значение примесей антропогенного характера. Эпидемиологическое значение почвы. Самоочищение почвы. |          | ПК1.1-ПК1.3,<br>ПК2.1-ПК2.3<br>У1-У3,31-35 |
|   | <b>Теоретический материал</b>  |          |  |
|   | 2. Атмосферный воздух его физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение   | 2        |  |
|   | 3. Вода, ее физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение   | 2        |  |
|   | 4. Почва, ее физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение  | 2        |  |
|   | <b>Семинарское занятие</b>   |          |  |
|   | 1. Принципы защиты воздушной среды. Мероприятия по профилактике загрязнений атмосферного воздуха.  | 2        |  |
|   | 2. Анализ органолептических свойств воды.<br>Гигиеническая оценка качества питьевой воды.  | 2        |  |
|   | 3. Почва ее физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение   | 2        |  |
|   | <b>Практические занятия</b>  |          |  |
|   | 1. Методы измерения физических параметров воздушной среды.<br>Гигиеническая оценка физических параметров воздушной среды.  | 2        |  |
|   | <b>Самостоятельная внеаудиторная работа обучающихся</b>  | <b>7</b> |  |

|   |   |  |   |
|---|---|--|---|
|   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Выполнение заданий в рабочей тетради.</li> <li>2. Работа с обучающее – контролирующей программой.</li> <li>3. Работа с нормативно – правовой документацией (СанПиН.,ГОСТ, Федеральные законы.)</li> <li>4.Составления глоссария.</li> <li>5. Работа в сети Internet.</li> <li>6. Изучение основной и дополнительной литературы.</li> </ol>  |  |   |
| <p><b>Раздел 3.</b><br/><b>Санитарно-гигиенические мероприятия по сохранению и укреплению здоровья населения, предупреждению болезней</b></p> | <p><b>Содержание учебного материала</b></p> <p>Урбанизация и экология человека. Микроклимат города. Городской шум и профилактика его вредного воздействия. Гигиенические принципы планировки и застройки населенных мест. Гигиеническое значение озеленения.</p> <p>Совокупное воздействие жилищных условий (физические, химические, биологические факторы) и степени их благоустройства на жизнедеятельность и здоровье человека. Экологическая характеристика современных строительных и отделочных материалов, бытовой техники. Гигиенические требования к планировке, естественному и искусственному освещению, отоплению, вентиляции помещений различных назначений: жилых помещений, лечебно-профилактических учреждений.</p> <p>Обмен веществ и энергии в организме. Энергетический баланс.</p> <p>Белки: их значение для жизни, роста и развития организма. Состав белков. Заменяемые и незаменимые аминокислоты. Основные источники белков в питании.</p> <p>Жиры: их значение в питании. Полиненасыщенные жирные кислоты, их значение, источники.</p> <p>Углеводы: их значение в питании. Гигиеническая характеристика и источники отдельных видов углеводов: моносахаридов (глюкозы, фруктозы), дисахаридов (сахарозы, лактозы), полисахаридов (крахмала, пектиновых веществ, клетчатки).</p> <p>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>Витамины, их классификация. Значение витаминов и их основные источники. Профилактика гиповитаминозов. Витаминизация продуктов и готовой пищи.</p> <p>Рекомендуемые величины физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения.</p> <p>Характеристика пищевых продуктов животного и растительного происхождения.</p> <p>Рациональное питание. Определение. Гигиенические требования к пищевому рациону, его энергетическая ценность и качественный состав, сбалансированность питательных веществ, усвояемость, разнообразие. Режим питания, часы и продолжительность приема пищи, кратность и интервалы между приемами, очередность приема блюд, распределение рациона по</p> |  | <p>ОК1-ОК13,<br/>ПК1.1-ПК1.3,<br/>ПК2.1-ПК2.3<br/>У1-У3,31-35</p> |

|   |  |   |
|---|--|---|
| <p>приемам пищи. Условия для приема пищи: интерьер столовой комнаты, сервировка стола, комфортность, микроклимат и пр.</p> <p>Лечебное питание. Характеристика основных лечебных диет. Механическое, химическое и термическое щажение в питании. Особенности кулинарной обработки при приготовлении диетических блюд.</p> <p>Здоровье детского населения. Группы здоровья. Физическое развитие детей и подростков как критерий здоровья. Методы исследования и оценки физического развития детей и подростков. Явление акселерации и децелерации.</p> <p>Гигиенические принципы построения режима дня для различных возрастных групп. Основные гигиенические требования к организации учебно – воспитательного процесса. Гигиена физического воспитания детей и подростков.</p> <p>Планировка детских и подростковых учреждений. Требования к участкам, зданиям общеобразовательных школ, дошкольных образовательных учреждений.</p> <p>Гигиенические требования к оборудованию детских и подростковых учреждений, предметам детского обихода. Мебель дошкольных образовательных учреждений. Школьная мебель.</p> <p>Гигиенические требования к учебным пособиям, детским игрушкам.</p> <p>Содержание детских и подростковых учреждений. Воздушно – тепловой режим. Показатели микроклимата: температура, влажность, скорость движения воздуха. Отопление. Вентиляция. Естественное и искусственное освещение. Санитарное содержание участка и помещений.</p> |  |   |
| <b>Теоретический материал</b>   |  |   |
| 5. Гигиена жилых и общественных зданий. Гигиена ЛПО   |  | 2 |
| 6-7. Гигиенические основы физиологии и биохимии питания. Характеристика продуктов питания   |  | 4 |
| 8. Лечебное, лечебно – профилактическое питание   |  | 2 |
| 9-10. Заболевания, связанные с характером питания. Пищевые отравления различной этиологии и их профилактика   |  | 4 |
| 11-12. Гигиена труда. Профилактика профессиональных заболеваний   |  | 4 |
| 13-14. Гигиена детей и подростков   |  | 4 |
| <b>Практические занятия</b>   |  |   |
| 2. Гигиеническая оценка естественного и искусственного освещения.   |  | 2 |
| 3. Органолептическая оценка пищевых продуктов.  |  | 2 |
| 4. Оценка и анализ суточного рациона  |  | 2 |
| 5. Борьба с профзаболеваниями. Оценка работоспособности.  |  | 2 |

|  |   |           |   |
|--|---|-----------|---|
|  | 6. Гигиеническая оценка режима дня и школьного расписания.<br>Оценка физического развития детей и подростков.<br>3. Гигиеническая оценка мебели и микроклимата в учебных помещениях.  | 2         |   |
|  | <b>Самостоятельная внеаудиторная работа обучающихся</b>   | <b>12</b> |   |
|  | 1. Изучение основной и дополнительной литературы.<br>2. Решение ситуационных задач.<br>3. Выполнение заданий в рабочей тетради.<br>4. Решение и составление кроссвордов.<br>5. Поиск информации в периодической печати.   |           |   |
| <b>Раздел 4.<br/>Гигиеническое<br/>обучение и<br/>воспитание населения</b>   | <b>Содержание учебного материала</b>  |           | ОК1-ОК13,<br>ПК1.1-ПК1.3,<br>ПК2.1-ПК2.3<br>У1-У3,31-35 |
|  | Факторы, влияющие на здоровье человека: образ жизни (50-55%), окружающая среда (20-25%), генетический фактор (15-20%), медицинское обслуживание (8-10%). Гигиенические принципы организации здорового образа жизни.<br>Образ жизни и его влияние на здоровье человека. Основные составляющие здорового образа жизни: режим труда и отдыха, правильное питание, физическая активность, психологический комфорт, отсутствие вредных привычек, личная гигиена, экологическая грамотность. Методы, формы и средства гигиенического воспитания населения.<br>Цели, задачи, основные принципы гигиенического обучения и воспитания населения.<br>Методы гигиенического обучения и воспитания населения: устный, печатный, изобразительный (наглядный), комбинированный. Особенности методов.<br>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.<br>Формы гигиенического воспитания: индивидуальные, групповые, массовые. |           |   |
|  | <b>Теоретический материал</b>   |           |   |
|  | 15. Здоровый образ жизни и пути его формирования  | 2         |   |
|  | 16. Санитарное просвещение населения.   | 2         |   |
|  | <b>Семинарское занятие:</b>   |           |   |
|  | <b>4. Урок – диспут по теме «Здоровый образ жизни и пути его формирования»</b>  | 2         |   |
|  | 5. Формы гигиенического воспитания: индивидуальные, групповые, массовые.<br>Санитарное просвещение населения.<br>(Оформление санитарных бюллетеней, памяток, буклетов. Оформление агитационных плакатов, презентаций.   | 2         |   |
| 6. Санитарное просвещение населения.<br>(Методы, формы и средства гигиенического воспитания населения.<br>Подготовка бесед, статей в газету, выступление перед аудиторией на свободную медицинскую | 2   |           |   |

|              |   |           |  |
|--------------|---|-----------|--|
|              | тему. Выступление перед аудиторией с агитационно-информационным сообщением по вопросам формирования здорового образа жизни)   |           |  |
|              | <b>Самостоятельная внеаудиторная работа обучающихся</b>   | <b>5</b>  |  |
|              | Составление бесед по формированию здорового образа жизни:<br>- Принципы закаливания. Характеристика природных закалывающих факторов (солнце, воздух, вода).<br>- Образ жизни, его влияние на здоровье<br>- Отсутствие вредных привычек. |           |  |
| Консультации |   | <b>4</b>  |  |
| ИТОГО        |   | <b>85</b> |  |

### 3. КАЛЕНДАРНЫЙ ГРАФИК ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Модуль 6. Досуговая, творческая и социально-культурная деятельность по организации и проведению значимых событий и мероприятий

| Дата, место проведения  | Название мероприятия   | Форма проведения мероприятия | Ответственный | Достижения обучающихся               |
|---|--|------------------------------|---------------|--------------------------------------|
| Май, 2022<br>Политехнический колледж филиала МГТУ в поселке Яблоновском | Урок – диспут по теме «Здоровый образ жизни и пути его формирования» | Индивидуально-групповая      | Н.В. Межуева  | Сформированность ОК3, ОК4, ОК 5, ОК8 |

#### 4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

##### 4.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

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

##### Оборудование учебного кабинета гигиены и экологии человека:

- посадочные места по количеству обучающихся,
- рабочее место преподавателя,
- учебная доска,
- шкаф для хранения документов и литературы;
- комплект учебно-наглядных пособий,
- переносное мультимедийное оборудование; компьютер;
- операционная система Windows; пакет офисных программ; 7-Zip – бесплатная; Kaspersky endpoint security; Google Chrome.

##### Учебные и справочные издания:

###### Основная литература:

1. Архангельский, В.И. Гигиена и экология человека [Электронный ресурс]: учебник / Архангельский В.И., Кириллов В.Ф. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 176 с. - ЭБС «Консультант студента» - Режим доступа: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970452608.html>

2. Трифонова, Т. А. Гигиена и экология человека [Электронный ресурс]: учебное пособие / Т. А. Трифонова, Н. В. Мищенко, Н. В. Орешникова. - Москва: Юрайт, 2020. - 206 с. - ЭБС «Юрайт» - Режим доступа: <http://www.biblio-online.ru/bcode/454420>

###### Дополнительная литература

3. Матвеева, Н.А. Гигиена и экология человека [Электронный ресурс]: учебник / Матвеева Н.А. - Москва: КноРус, 2020. - 332 с. - ЭБС «BOOK.RU» - Режим доступа: <https://book.ru/book/936676>

4. Глиненко, В. М. Гигиена и экология человека [Электронный ресурс]: учебник / под ред. Глиненко В.М. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2019. - 232 с. - ЭБС «Консультант студента» - Режим доступа: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970448663.html>

###### Интернет-ресурсы:

1. Министерство здравоохранения и социального развития РФ (<https://minzdrav.gov.ru/>)

2. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (<https://www.rosпотребнадзор.ru/>)

3. ФГУЗ Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (<https://fcgie.ru/>)
4. Информационно – методический центр «Экспертиза» (<https://www.crc.ru/about/>)
5. Центральный НИИ организации и информатизации здравоохранения (<https://mednet.ru/>)

## **5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ ПО РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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



| <b>Результаты обучения и воспитания (освоенные умения, усвоенные знания):</b>  | <b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>  |
|--|---|
| <b>Умения:</b><br>Давать санитарно – гигиеническую оценку факторам окружающей среды                                    | Тестовый контроль с применением информационных технологий.<br>Решение ситуационных задач.<br>Наблюдение и оценка выполнения практических действий.  |
| Проводить санитарно – гигиенические мероприятия по сохранению и укреплению здоровья населения, предупреждению болезней | Тестовый контроль с применением информационных технологий.<br>Решение ситуационных задач.<br>Анализ проведения санитарно-гигиенических мероприятий в форме деловой игры.<br>Наблюдение и оценка выполнения практических действий.       |
| Проводить гигиеническое обучение и воспитание населения  | Тестовый контроль с применением информационных технологий.<br>Решение ситуационных задач<br>Защита санитарных бюллетеней, памяток, буклетов, агитационных плакатов, презентаций<br>Наблюдение и оценка выполнения практических действий |
| <b>Знания:</b><br>Современное состояние окружающей среды и глобальные экологические проблемы                           | Тестовый контроль с применением информационных технологий<br>Решение ситуационных задач<br>Анализ современного состояния окружающей среды.<br>Наблюдение и оценка выполнения практических действий                                      |
| Факторы окружающей среды, влияющие на здоровье человека  | Тестовый контроль с применением информационных технологий<br>Решение ситуационных задач<br>Наблюдение и оценка выполнения практических действий   |
| Основные положения гигиены   | Тестовый контроль с применением информационных технологий<br>Решение ситуационных задач<br>Наблюдение и оценка выполнения практических действий   |
| Гигиенические принципы организации здорового образа жизни  | Тестовый контроль с применением информационных технологий<br>Решение ситуационных задач<br>Наблюдение и оценка выполнения практических действий   |
| Методы, формы и средства гигиенического воспитания населения   | Тестовый контроль с применением информационных технологий<br>Решение ситуационных задач<br>Наблюдение и оценка выполнения практических действий   |

## **6. АДАПТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПРИ ОБУЧЕНИИ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

Адаптация рабочей программы дисциплины ОП.05 Гигиена и экология человека проводится при реализации адаптивной образовательной программы – программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 34.02.01 Сестринское дело в целях обеспечения права инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья на получение профессионального образования, создания необходимых для получения среднего профессионального образования условий, а также обеспечения достижения обучающимися инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья результатов формирования практического опыта.

#### ***Оборудование учебного кабинета для обучающихся с различными видами ограничения здоровья***

Оснащение кабинета должно отвечать особым образовательным потребностям обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. Кабинет должен быть оснащен оборудованием и учебными местами с техническими средствами обучения для обучающихся с различными видами ограничений здоровья.

Кабинет, в котором обучаются лица с нарушением слуха должен быть оборудован радиоклассом, компьютерной техникой, аудиотехникой, видеотехникой, электронной доской, мультимедийной системой.

Для слабовидящих обучающихся в кабинете предусматриваются просмотр удаленных объектов при помощи видеоувеличителей для удаленного просмотра. Использование Брайлевской компьютерной техники, электронных луп, программ не визуального доступа к информации, технических средств приема-передачи учебной информации в доступных формах.

Для обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата кабинет должен быть оборудован передвижной регулируемой партой.

Вышеуказанное оснащение устанавливается в кабинете при наличии обучающихся по адаптированной образовательной программе с учетом имеющегося типа нарушений здоровья у обучающегося.

#### ***Информационное и методическое обеспечение обучающихся***

Доступ к информационным и библиографическим ресурсам должен быть представлен в формах, адаптированных к ограничениям здоровья обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья:

Для лиц с нарушениями зрения (не менее одного вида):

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла;
- в печатной форме на языке Брайля.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата (не менее одного вида):

- в печатной форме;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Для лиц с нервно-психическими нарушениями (расстройство аутического спектра, нарушение психического развития) (не менее одного вида):

- использование текста с иллюстрациями;
- мультимедийные материалы.

Во время самостоятельной подготовки обучающиеся инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья должны быть обеспечены доступом к сети Интернет.

#### ***Формы и методы контроля и оценки результатов обучения***

Применяемые при реализации рабочей программы дисциплины ОП. 05 Гигиена и экология человека формы и методы контроля проводятся с учетом ограничения здоровья обучающихся.

Целью текущего контроля является своевременное выявление затруднений и отставания, обучающегося с ограниченными возможностями здоровья и внесение коррективов в учебную деятельность.

Форма промежуточной аттестации устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.).

При проведении промежуточной аттестации обучающемуся предоставляется время на подготовку к ответу, увеличенное не более чем в три раза, установленного для подготовки к ответу обучающимся, не имеющим ограничений в состоянии здоровья.

## 7. ЛИСТ ВНЕСЕННЫХ ИЗМЕНЕНИЙ

Дополнения и изменения в рабочей программе  
за \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ учебный год

В рабочую программу ОП.05 Гигиена и экология человека

по специальности 34.02.01 Сестринское дело  
вносятся следующие дополнения и изменения:

Дополнения и изменения внес \_\_\_\_\_ Н.В.Межуева  
(подпись) И.О. Фамилия

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании предметной (цикловой) медицинских дисциплин

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_ г.

Председатель предметной  
(цикловой) комиссии \_\_\_\_\_  
(подпись) И.О. Фамилия