

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ИНГУШСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ**

УТВЕРЖДАЮ:  
Проректор по УР и КО  
\_\_\_\_\_ С.А. Льянова  
«\_30\_»\_\_июня\_\_ 2023г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**ОП. 08 Гигиена и экология человека**

---

*(индекс дисциплины по учебному плану, наименование модуля)*

**Специальность**

34.02.01. Сестринское дело  
(базовая подготовка)

**Квалификация выпускника**

Медицинская сестра / Медицинский брат

**Форма обучения**

очная

Магас, 2023г.

Рабочая программа учебной дисциплины ОП 08. «Гигиена и экология человека» составлена в соответствии с требованиями ФГОС СПО по специальности 34.02.01 Сестринское дело, с учетом ПООП. Предназначена для изучения названной дисциплины в Медицинском колледже ФГБОУ ВО «Ингушский государственный университет» в пределах освоения программ подготовки специалистов среднего звена.

**Организация-разработчик: Медицинский колледж ФГБОУ ВО «Ингушский государственный университет»**

Программу составили:

1. Гетогозова Л.И. – преподаватель СД \_\_\_\_\_  
(Ф.И.О., должность, подпись)
2. \_\_\_\_\_  
(Ф.И.О., должность)

Программа рассмотрена на заседании ЦМК

Протокол № \_\_10\_\_ от «02» \_\_июня\_\_ 2023\_\_ года

Председатель ЦМК \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_ Аушева З.Р. \_\_\_\_\_  
(подпись) (Ф.И.О.)

Программа одобрена Методическим/Педагогическим советом Медицинского колледжа ИнГУ.

Протокол № \_\_9\_\_ от «\_\_10\_\_» \_\_июня\_\_ 2023\_\_ года

Председатель \_\_\_\_\_ / \_Наурбиева Л.Б.  
(подпись) (Ф.И.О.)

## ***СОДЕРЖАНИЕ***

- 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ « ГИГИЕНА И ЭКОЛОГИЯ  
ЧЕЛОВЕКА»**
- 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ  
ДИСЦИПЛИНЫ**
- 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИМЕРНОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ГИГИЕНА И ЭКОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА»**

### **1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:**

Учебная дисциплина «Гигиена и экология человека» является обязательной частью общепрофессионального цикла примерной основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 34.02.01 Сестринское дело.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01, ОК 02, ОК 07, ОК 08 ПК 3.1, ПК 3.2, ПК 3.3.

### **1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:**

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК, ЛР	Умения	Знания
ОК 01, ОК 02, ОК 07, ОК 08 ПК 3.1, ПК 3.2, ПК 3.3, ЛР 7, ЛР 9	– давать санитарно-гигиеническую оценку факторам окружающей среды; – проводить санитарно-гигиенические мероприятия по сохранению и укреплению здоровья населения, предупреждению болезней; – организовывать рабочее место с соблюдением требований охраны труда на рабочем месте, санитарно-гигиенического и противоэпидемического режима.	– основные положения гигиены; – современное состояние окружающей среды и глобальные экологические проблемы; – факторы окружающей среды, влияющие на здоровье человека и его работоспособность; – факторы производственной среды и трудового процесса; – профилактические мероприятия, направленные на оздоровление условий жизни и труда;

Код ОК, ПК	Общие и профессиональные компетенции реализации программы учебной дисциплины
ОК 01	Выбирать способы решения задач профессиональной

	деятельности, применительно к различным контекстам;
ОК 02	Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;
ОК 07	Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях
ОК 08	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;
ПК 3.1.	Консультировать население по вопросам профилактики заболеваний.
ПК 3.2.	Пропагандировать здоровый образ жизни.
ПК 3.3.	Участвовать в проведении профилактических осмотров и диспансеризации населения.

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

Вид учебной работы	Объем в часах
<b>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b>	<b>76</b>
<b>в т. ч.:</b>	
теоретическое обучение	<b>24</b>
практические занятия	<b>24</b>
<i>Самостоятельная работа</i>	<b>24</b>
<i>Консультации</i>	<b>4</b>
<b>Промежуточная аттестация (зачет)</b>	<b>2</b>

### 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем часов	Коды компетенций, которые способствуют формированию

[illegible]

	<p>Принципы защиты воздушной среды. Мероприятия по профилактике загрязнений атмосферного воздуха. Представление о технологических, санитарно – технических мероприятиях. Меры планировочного характера для защиты населения от воздействия источников загрязнения воздушной среды. Роль зеленых насаждений. Значение благоустройства. Понятие о ПДК</p>		ЛР 7,ЛР9
	<p><u>Практическое занятие</u> Изучение приборов, методик для измерения физических параметров воздушной среды. <u>Практическое занятие</u> Определение и гигиеническая оценка физических параметров воздушной среды в помещении.</p>	4	
<p><b>Тема 2.2.</b> <b>Вода, ее физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение.</b> <b>Почва, ее физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение</b></p>	<p>Гигиеническая характеристика систем хозяйственно – питьевого водоснабжения. Гигиенические требования к качеству питьевой воды. Методы улучшения качества питьевой воды. <u>Практическое занятие</u> Определение органолептических свойств воды. Гигиеническая оценка качества питьевой воды на основании нормативных документов.</p>	2	<p>ОК 01, ОК 02, ОК 07 ПК 3.1,ПК3.2 ЛР 7,ЛР9</p>
	<p><u>Практическое занятие</u> Определение органолептических свойств воды. Гигиеническая оценка качества питьевой воды на основании нормативных документов.</p>	2	
	<p><u>Практическое занятие</u> Гигиеническое значение состава и свойств почвы (Почвенный воздух, пористость, капиллярность. Химический состав почвы. Значение примесей антропогенного характера. Эпидемиологическое значение почвы. Самоочищение почвы. Проблемы накопления и утилизации отходов. Мероприятия по санитарной охране почвы. Гигиенические требования к очистке населенных мест (сбор, транспортировка, хранение, обезвреживание, переработка твердых и жидких отходов). Санитарная оценка почвы.</p>	2	
<b>Раздел 3. Урбоэкология</b>			
<b>Тема 3.1</b> <b>Гигиенические основы</b>	<p>Урбанизация и экология человека. Микроклимат города. Городской шум и профилактика его вредного воздействия.</p>		

<p><b>планировки и благоустройства населённых мест. Гигиена жилых и общественных зданий.</b></p>	<p>Гигиенические принципы планировки и застройки населенных мест. Гигиеническое значение озеленения. Совокупное воздействие жилищных условий. Экологическая характеристика современных строительных и отделочных материалов, бытовой техники.</p> <p>Гигиенические требования к планировке, естественному и искусственному освещению, отоплению, вентиляции помещений различных назначений: жилых помещений, помещений учреждений здравоохранения.</p> <p><u>Практические занятия</u></p> <p>Гигиеническая оценка естественного и искусственного освещения</p>	<p>2</p> <p>2</p>	<p>ОК 01, ОК 02, ОК 07 ПК 3.1,ПК3.2 ЛР 7,ЛР9</p>
<p><b>Раздел 4. Гигиена питания</b></p>			
<p><b>Тема 4.1. Гигиена питания. Заболевания, связанные с питанием.</b></p>	<p>Обмен веществ и энергии в организме. Энергетический баланс. Белки. Аминокислоты. Основные источники белков в питании. Жиры. Углеводы. Рациональное питание. Гигиенические требования к пищевому рациону. Режим питания. Условия для приема пищи: интерьер столовой комнаты, сервировка стола, комфортность, микроклимат и пр.</p> <p><u>Практическое занятие:</u> Оценка рациона питания взрослого населения</p>	<p>2</p> <p>2</p>	<p>ОК 01, ОК 02, ОК 07 ПК 3.1,ПК3.2 ЛР 7,ЛР9</p>
<p><b>Раздел 5. Влияние производственных факторов на состояние здоровья и жизнедеятельность человека</b></p>			
<p><b>Тема 5.1. Влияние производственных факторов на состояние здоровья и жизнедеятельность человека</b></p>	<p>Производственные факторы, влияющие на развитие заболеваний. Методы исследования и оценки физических параметров влияющих на развитие заболеваний. Гигиенические принципы построения режима дня для различных возрастных групп.</p> <p><u>В том числе практические занятия</u></p> <p>Оценка труда взрослого населения</p>	<p>2</p> <p>2</p>	<p>ОК 01, ОК 02, ОК 07 ПК 3.1,ПК3.2 ЛР 7,ЛР9</p>
<p><b>Раздел 6. Гигиена детей и подростков</b></p>			
<p><b>Тема 6.1 Состояние здоровья и физическое развитие детей и подростков.</b></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. Основные гигиенические</p>	<p>2</p>	<p>ОК 01, ОК 02, ОК 07</p>



<b>Гигиенические требования к организации учебно-воспитательного процесса.</b>	требования к организации учебно – воспитательного процесса. Гигиена физического воспитания детей и подростков. <u>Практическое занятие</u> Оценка физического развития детей и подростков. Гигиеническая оценка школьной мебели и микроклимата в учебных помещениях	<b>4</b>	ПК 3.1,ПК3.2 ЛР 7,ЛР9
<b>Раздел 7. Гигиеническое обучение и воспитание населения</b>			
<b>7.1. Компоненты здорового образа жизни и пути их формирования. Методы, формы и средства гигиенического воспитания населения</b>	Факторы, влияющие на здоровье человека. Образ жизни и его влияние на здоровье человека. Основные составляющие здорового образа жизни. Цели, задачи, основные принципы гигиенического обучения и воспитания населения. Методы гигиенического обучения и воспитания населения. Основные средства санитарного просвещения. Формы гигиенического воспитания: индивидуальные, групповые, массовые. <u>В том числе самостоятельные работы</u>	<b>2</b>          <b>4</b>	ОК 01, ОК 02, ОК 07 ПК 3.1,ПК3.2 ЛР 7,ЛР9
	<b>Самостоятельная работа:</b> <b>Подготовка к промежуточной аттестации</b>	<b>2</b>	
	<b>Итоговое занятие - Промежуточная аттестация- зачет</b>	<b>2</b>	
	<b>Всего:</b>	<b>76</b>	

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Для реализации программы учебной дисциплины предусмотрены:

Кабинет «Медико-биологических дисциплин», оснащенный оборудованием:

Рабочее место преподавателя.

Посадочные места по количеству обучающихся.

Доска классная. Стенд информационный. Учебно-наглядные пособия методическим уголком, приборами: термометры, гигрометры, барометры – анероиды, емкости для отбора проб воды, люксметр.

Компьютерная техника с лицензионным программным обеспечением и возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

Мультимедийная установка.

### 3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд НБ ИнГГУ имеет печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда НБ ИнГГУ выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список может быть дополнен новыми изданиями.

#### Основные источники

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).

#### Дополнительные источники

Глиненко В. М., Гигиена и экология человека [Электронный ресурс] / под ред. Глиненко В.М. -М.: ГЭОТАР-Медиа, 2019. - 232 с. – (ЭБС Консультант студента).

#### **Интернет-ресурсы:**

электронная полнотекстовая база данных:

Название ресурса	Ссылка/доступ
Электронная библиотека онлайн «Единое окно к образовательным ресурсам»	<a href="http://window.edu.ru">http://window.edu.ru</a>
«Образовательный ресурс России»	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
Федеральный образовательный портал: учреждения, программы, стандарты, ВУЗы, тесты ЕГЭ, ГИА	<a href="http://www.edu.ru">http://www.edu.ru</a>
Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР)	<a href="http://fcior.edu.ru">http://fcior.edu.ru</a>
Русская виртуальная библиотека	<a href="http://rvb.ru">http://rvb.ru</a>
Кабинет русского языка и литературы	<a href="http://ruslit.ioso.ru">http://ruslit.ioso.ru</a>
Национальный корпус русского языка	<a href="http://ruscorpora.ru">http://ruscorpora.ru</a>
Еженедельник науки и образования Юга России «Академия»	<a href="http://old.rsue.ru/Academy/Archives/Index.htm">http://old.rsue.ru/Academy/Archives/Index.htm</a>
Научная электронная библиотека «e-Library»	<a href="http://elibrary.ru/defaultx.asp">http://elibrary.ru/defaultx.asp</a>
Электронно-библиотечная система IPRbooks	<a href="http://www.iprbookshop.ru">http://www.iprbookshop.ru</a>
Электронно-справочная система документов в сфере образования «Информио»	<a href="http://www.informio.ru">http://www.informio.ru</a>
Информационно-правовая система «Консультант-плюс»	Сетевая версия, доступна со всех компьютеров в корпоративной сети ИнГГУ
Электронно-библиотечная система «Юрайт»	<a href="https://www.biblio-online.ru">https://www.biblio-online.ru</a>

Информационно-библиотечное обеспечение учебного процесса включает в себя:

- доступ к электронно-библиотечным системам и электронным документам;
- хранение выпускных работ и ведения электронного портфолио обучающихся;
- WV-reader (IPRbooks) для мобильных устройств для незрячих и слабовидящих.

Имеющиеся в вузе адаптивные технологии для внедрения инклюзивного образования обеспечивают возможность внедрения методов инклюзивного образования для обучения людей с нарушениями зрения в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

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

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
<p>знания:</p> <p>знать современное состояние окружающей среды и глобальные экологические проблемы;</p> <p>- факторы окружающей среды, влияющие на здоровье человека;</p> <p>- основные положения гигиены;</p> <p>- гигиенические принципы организации здорового образа жизни;</p> <p>- методы, формы и средства гигиенического воспитания населения</p>	<p>Пятибалльная система оценивания:</p> <p>1) оценка «отлично» выставляется студенту, если он выполнил правильно 93% и более тестовых заданий;</p> <p>2) оценка «хорошо», если он выполнил правильно 79% - 92%;</p> <p>3) оценка «удовлетворительно», если он выполнил правильно 64% - 78%;</p> <p>4) оценка «неудовлетворительно», если он выполнил менее 64%</p>	<p>- устный опрос;</p> <p>- тестирование;</p> <p>Осуществляется в форме тестирования в программах Moodle</p>
<p>умения</p> <p>- давать санитарно-гигиеническую оценку факторам окружающей среды;</p> <p>- проводить санитарно-гигиенические мероприятия по сохранению икреплению здоровья населения, предупреждению болезней;</p> <p>- проводить гигиеническое обучение и воспитание</p>	<p>правильность и полнота выполнения заданий,</p> <p>- точность выполнения расчетов,</p> <p>- соответствие требованиям заданий,</p> <p>- адекватность, оптимальность выбора способов действий, методов, техник, последовательностей действий и т.д.</p>	<p>- практические задания</p> <p>- ситуационные задачи</p> <p>- самостоятельная работа</p>

населения.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- точность оценки, самооценки выполнения,</li> <li>- соответствие требованиям инструкций, регламентов,</li> <li>- рациональность действий и т.д</li> </ul>	
------------	---	--