

**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

**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.Наурбиева Л.Б.- директор МК ИнгГУ \_\_\_\_\_  
(Ф.И.О., должность, подпись)

2.Куркиева А.А.- зам. директора МК ИнгГУ \_\_\_\_\_  
(Ф.И.О., должность)

## ***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 «АНАТОМИЯ И ФИЗИОЛОГИЯ 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.

## УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Вид учебной работы	Объем в часах
<b>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b>	<b>66</b>
<b>в т. ч.:</b>	
теоретическое обучение	<b>24</b>
практические занятия	<b>24</b>
<i>Самостоятельная работа</i>	<b>18</b>
<i>Консультации</i>	
<b>Промежуточная аттестация (защита курсовой работы)</b>	<b>3 семестр</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 элемента программы
Раздел 1. Предмет гигиены и экологии человека			
Тема 1. Предмет гигиены и экологии человека. Основы	Предмет гигиены и экологии человека. Содержание, связь с другими дисциплинами, междисциплинарными		

<p>общей экологии</p>	<p>курсами. Роль гигиены и экологии в системе наук, изучающих природную среду. Задачи гигиены и экологии. Разделы гигиены и экологии. Методы гигиенических исследований, гигиеническое нормирование. Профилактика, виды профилактики. Краткая история возникновения гигиены, экологии и экологии человека. 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 природных и антропогенных экологических факторов на здоровье населения. Гигиеническое значение климата и погоды. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотрбнадзор), ее структура, виды деятельности, задачи, функции <u>В том числе самостоятельные работы.</u></p>	<p>4</p>	<p>ОК 02 ОК 07 ПК3.2 ЛР9</p>
<p><b>Раздел 2. Гигиена окружающей среды</b></p>			
<p><b>Тема 2.1.</b> <b>Атмосферный воздух</b> <b>его физические и химические свойства,</b> <b>гигиеническое и экологическое значение</b></p>	<p>Физические свойства воздуха - температура, влажность, подвижность воздуха, атмосферное давление, электрическое состояние, их гигиеническое значение. Характеристика солнечной радиации. Химический состав атмосферного воздуха и его гигиеническое значение – постоянные составные части воздуха, газообразные примеси, микроорганизмы, механические примеси. Источники загрязнения. Влияние загрязнения атмосферного воздуха на здоровье и санитарные условия жизни населения. Принципы защиты воздушной среды. Мероприятия по профилактике загрязнений атмосферного воздуха. Представление о технологических, санитарно – технических мероприятиях. Меры планировочного характера для защиты населения от воздействия</p>	<p>2</p>	<p>ОК 01, ОК 02, ОК 07 ПК 3.1, ПК3.2 ЛР 7, ЛР9</p>

	источников загрязнения воздушной среды. Роль зеленых насаждений. Значение благоустройства. Понятие о ПДК		
	<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.	4	
<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>	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. <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.	2  2  2	OK 01, OK 02, OK 07 ПК 3.1, ПК3.2 ЛР 7, ЛР9
<b>Раздел 3. Урбоэкология</b>			
<b>Тема 3.1</b> <b>Гигиенические основы планировки и благоустройства населённых мест. Гигиена жилых и общественных зданий.</b>	Урбанизация и экология человека. Микроклимат города. Городской шум и профилактика его вредного воздействия. Гигиенические принципы планировки и застройки населенных мест. Гигиеническое значение озеленения. Совокупное воздействие жилищных условий. Экологическая характеристика современных строительных и отделочных материалов, бытовой	2	OK 01, OK 02, OK 07 ПК 3.1, ПК3.2 ЛР 7, ЛР9

	<p>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>	2	
<b>Раздел 4. Гигиена питания</b>			
<p><b>Тема 4.1.</b></p> <p><b>Гигиена питания.</b></p> <p><b>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>	2	<p>ОК 01, ОК 02, ОК 07</p> <p>ПК 3.1,ПК3.2</p> <p>ЛР 7,ЛР9</p>
<b>Раздел 5. Влияние производственных факторов на состояние здоровья и жизнедеятельность человека</b>			
<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>	2	<p>ОК 01, ОК 02, ОК 07</p> <p>ПК 3.1,ПК3.2</p> <p>ЛР 7,ЛР9</p>
<b>Раздел 6. Гигиена детей и подростков</b>			
<p><b>Тема 6.1</b></p> <p><b>Состояние здоровья и физическое развитие детей и подростков.</b></p> <p><b>Гигиенические требования к организации учебно-воспитательного процесса.</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 требования к организации учебно – воспитательного процесса. Гигиена физического воспитания детей и подростков.</p> <p><u>Практическое занятие</u></p> <p>Оценка физического развития детей и подростков.</p>	2	<p>ОК 01, ОК 02, ОК 07</p> <p>ПК 3.1,ПК3.2</p> <p>ЛР 7,ЛР9</p>
		4	



	Гигиеническая оценка школьной мебели и микроклимата в учебных помещениях		
<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, ПК 3.2 ЛР 7, ЛР9
	<b>Самостоятельная работа: Подготовка к промежуточной аттестации</b>	<b>2</b>	
	<b>Итоговое занятие - Промежуточная аттестация- защита курсовой работы</b>	<b>2</b>	
	<b>Всего:</b>	<b>66</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 «Информιο»	<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 населения.</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>- точность оценки, самооценки выполнения,</p> <p>- соответствие требованиям</p>	<p>- практические задания</p> <p>- ситуационные задачи</p> <p>- самостоятельная работа</p>

	инструкций, регламентов, - рациональность действий и т.д	
--	--	--